

ISSN 2073-3771

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ
УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. Н. КАРАЗІНА

ВІСНИК

Харківського національного університету

імені В. Н. Каразіна

№ 1016

Серія
Валеологія: сучасність і майбутнє

Випуск 13

Серію започатковано у 2004 році

Харків-2012

Вісник Харківського національного університету серія «Валеологія: сучасність і майбутнє» являє собою збірник наукових праць, який містить результати наукових досліджень з теоретичних і прикладних питань валеологічної освіти та виховання населення з використанням сучасних валеотехнологій.

Призначається для викладачів, наукових співробітників, аспірантів і студентів, що спеціалізуються у відповідних та суміжних галузях науки.

Затверджено до друку рішенням Вченої ради Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (протокол № 4 від 29 квітня 2011р.)

Редакційна колегія: головний редактор — Гончаренко М. С., д. б. н., проф., зав. каф. валеології ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Пасинок В. Г., д. пед.н., проф., ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Ткачова Н. О., д. пед. н., проф. ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Черноватий Л. М., д. пед., н., проф., ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Іонова О. М., д. пед. н., проф. ХНПУ імені Г. С. Сковороди.

Горащук В. П., д. пед. н., проф. Луганського національного педагогічного університету імені Тараса Шевченка

Гриньова М. В., д. пед., н., проф. Полтавського державного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

Атраментова Л. О., д.б.н., проф. ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Бабенко Н. О., д. б. н., зав. відділом фізіології онтогенезу Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

Кузнєцова О. Ю., д. пед. н., проф. кафедри теорії та практики англійської мови Харківського національного університету імені Г. С. Сковороди.

Бондаренко В. А., д. б. н., проф. ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Перський Є. Е., д. б. н., проф. ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Карпенко І. В., д. філос. н., проф., декан філософського факультету Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

Білик Я. М., д. філос. н., проф. ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Кулініченко В. Л., д. філос. н., проф. НМАПО імені П. Л. Щупика.

Відповідальний секретар — Шахненко В. І., канд. пед. н., доцент ХНУ імені В. Н. Каразіна.

Адреса редакційної колегії: 61022, Харків, пл.Свободи, 6, Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, філософський факультет, тел. 707-56-33, електронна адреса: valeolog@univer.kharkov.ua

Видання здійснене за фінансової підтримки Всеукраїнської громадської організації «Українська асоціація валеологів».

Статті прорецензовано. Свідоцтво про державну реєстрацію КВ № 11825-696 ПР від 04.12.2006.

ЗМІСТ

	Стор.
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВАЛЕОЛОГІЇ	6
Гончаренко М. С. Пугач Б. Я. Філософсько-світоглядна спрямованість розвитку валеології.....	6
Акименко О. А. Концепція духовності з позиції інформаційно-енергетичної картини буття...	16
Єлізаров В. П. Валеологічна компетентність — основа створення передумов для духовно-морального вдосконалення людини.....	22
Котова А. В. Ділова гра як засіб інтенсифікації навчання у ВНЗ другої половини ХХ століття.....	27
Татарникова Л. Г. Еволюційний рух валеології як науки ХХІ століття.....	30
ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я	36
Бережна Т. І. Здоров'язбережувальне середовище — головна передумова здоров'я підлітків.....	36
Іванова В. В. Здоров'я старшокласників як сучасна валеологічна проблема.....	39
Ковальова І. О. Педагогіка іміджу або педагогічна іміджологія.....	43
Кучук Н. Г. Формування здорового способу життя студентів із застосуванням інформаційних технологій.....	50
Удовенко М. А. Сутність методики формування цілісного мислення та особливості її використання при викладанні основ здоров'я у початковій школі.....	54
Шуба В. В. Роль тривожно-деприсивного стану у навчально-тренувальному процесі паралімпійців з ураженням опорно-рухового апарату.....	58
ВАЛЕОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ	64
Гончаренко М. С., Мартиненко І. Г., Носов К. В., Пасинок В. Г., Черноватий Л. Н. Адаптація студентів з вадами зору під час навчального процесу у вищому навчальному закладі.....	64
Декар О. Ю. Побудова геометричної моделі гармонійної статури дитини.....	68
Єлізарова С. В. Значення еколого-валеологічної компетентності у формуванні здоров'язбережувального середовища сім'ї.....	72
Єфімова В. М., Макаричева Г. О. Диференційований підхід до навчання студентів дисциплінам здоров'язбережувальної спрямованості.....	77
Жаркова А. А., Кабацька О. В. Формування валеологічної культури вихованців позашкільного закладу.....	85
ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ТА СТУДЕНТІВ — ЧЕРЕЗ ОСВІТУ	90
Бельорін-Еррера О. М. Необхідність підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу.....	90
Денисовець Т. М. Медико-біологічні аспекти впливу ароматерапії на функціональний стан організму.....	93
Козак Т. М. Роль медіа-освіти у формуванні здорової особистості у навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів.....	98
Коновалова О. О., Грицюк Н. М. Робочий зошит як засіб організації позааудиторної роботи з безпеки життєдіяльності.....	105
Коробська Г. В. Ефективність застосування комп'ютерних навчальних програм для вивчення фізико-математичних дисциплін студентами за умов збереження їх здоров'я.....	109
Куйдіна Т. М. Формування ціннісного ставлення майбутніх вчителів до здоров'я у процесі навчання валеології.....	113
Федоренко Ю. П. Духовні засади сімейного виховання.....	117
Храбра С. З., Вакуленко Л. О., Барладин О. Р., Лопатка Г. Ф. Пальцева дерматогліфіка у хворих ішемічною хворобою серця.....	123
Шахненко В. І. Нищення соціального устрою та корінного населення як одна із причин руйнації української національної культури.....	127

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ	6
Гончаренко М. С., Пугач Б. Я. Философско-мировоззренческое направление развития валеологии.....	6
Акименко О. А. Концепция духовности с позиции информационно-энергетической картины бытия.....	16
Елизаров В. П. Валеологическая компетентность — основа создания предпосылок для духовно-нравственного совершенствования человека.....	22
Котова А. В. Деловая игра как способ интенсификации обучения в ВУЗ второй половины XX столетия.....	27
Татарникова Л. Г. Эволюционное движение валеологии как науки XXI века.....	30
ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ	36
Бережная Т. И. Здоровьесберегающая среда — главная предпосылка здоровья подростков.....	36
Иванова В. В. Здоровье старшеклассников как современная валеологическая проблема.....	39
Ковальова И. А. Педагогика имиджа или педагогическая имиджелогия.....	43
Кучук Н. Г. Формирование здорового образа жизни студентов с применением информационных технологий.....	50
Удовенко М. А. Суть методики формирования целостного мышления и особенности ее использования при преподавании основ здоровья в начальной школе.....	54
Шуба В. В. Роль тревожно-депрессивного состояния во время учебно-тренировочного процесса паралимпийцев с поражением опорно-двигательного аппарата.....	58
ВАЛЕОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЭКСПЕРИМЕНТ	64
Гончаренко М. С., Мартыненко И. Г., Носов К. В., Пасынок В. Г., Черноватый Л. Н. Адаптация студентов с нарушениями зрения во время учебного процесса в высшем учебном заведении.....	64
Декар Е. Ю. Построение геометрической модели гармоничной фигуры ребенка.....	68
Елизарова С. В. Значение эколого-валеологической компетентности в формировании здоровьесберегающей среды семьи.....	72
Ефимова В. М., Макаричева А. А. Дифференцированный подход к обучению студентов дисциплинам здоровьесберегающей направленности.....	77
Жаркова А. А., Кабацкая Е. В. Формирование валеологической культуры воспитанников внешкольного учреждения.....	85
ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНТОВ — ЧЕРЕЗ ОБРАЗОВАНИЕ	90
Бельорин-Эррера А. Н. Необходимость подготовки будущего учителя основ здоровья к созданию здоровьесберегающей учебно-воспитательной среды общеобразовательного учебного заведения.....	90
Денисовец Т. М. Медико-биологические аспекты влияния ароматерапии на функциональное состояние организма.....	93
Козак Т. М. Роль медиа-образования в формировании здоровой личности в учебно-воспитательном процессе общеобразовательных учебных заведений.....	98
Коновалова Е. О., Грицюк Н. М. Рабочая тетрадь как средство организации внеаудиторной работы по безопасности жизнедеятельности.....	105
Коробская А. В. Эффективность применения компьютерных учебных программ для изучения физико-математических дисциплин студентами в условиях сохранения их здоровья.....	109
Куйдина Т. М. Формирование ценностного отношения будущих учителей к здоровью в процессе обучения валеологии.....	113
Федоренко Ю. П. Духовные принципы семейного воспитания.....	117
Храбра С. З., Вакуленко Л. А., Барладин О. Р., Лопатка А. Ф. Пальцевая дерматоглифика у больных ишемической болезнью сердца.....	123
Шахненко В. І. Уничтожение социального строя и коренного населения как одна из причин разрушения украинской национальной культуры.....	127

CONTENT

	Pg
THEORETICAL FUNDAMENTALS OF VALEOLOGY	6
Goncharenko M., Pugach B. Philosophical and ideological direction of Valeology.....	6
Akimenko O. Concept of spirituality from a position of information and energy picture of being...	16
Elizarov V. Valeological competence- the basis of the creation of prerequisites for the spiritual and moral perfection of human.....	22
Kotova A. Business game as a way of an intensification of training in HIGHER EDUCATION INSTITUTION of the second half of the XX century.....	27
Tatarnikova L. Evolutionary movement of valueology as sciences of the XXI century.....	30
WAYS OF HEALTH FORMATION	36
Berejnaya T. The healthy environment — the main precondition of health of teenagers.....	36
Ivanova V. Health seniors pupils as modern valeological problem.....	39
Kovalyova I. Pedagogics of image or pedagogical imagiology.....	43
Kuchuk N. Forming of a healthy lifestyle of students with application of information technologies.....	50
Udoenko M. Main point of integrated thinking forming system and peculiarities of its application for the teaching of “Health Bases” subject in primary school.....	54
Shuba V. The role of alarm and depressive condition of teaching and training process for paralympics with affection of locomotor system.....	58
VALEOLOGY-PEDAGOGICAL EXPERIMENT	64
Goncharenko M., Martynenko I, Nosov K., Pasynok V., Chernovaty L. Adaptation of students with eyesight problems during the training process in the higher educational institution.....	64
Decar E. Creation of geometrical model of a harmonious figure of the child.....	68
Elizarova S. Significance of ekologo-valeological competence in the formation and maintenance of a health in the family.....	72
Yefimova V., Makaricheva A. The differentiated approach to training of students to disciplines of a healthy orientation.....	77
Zharkova A., Kabatskaya E. Forming of valeology culture of pupils of an out-of-school.....	85
PUPIL’S AND STUDENT’S HEALTH — THROUGH EDUCATION	90
Bellorin-Herrera A. The need for the preparation of future teacher of the fundamentals of health to create health-oriented educational environment of a General educational institution.....	90
Denisovets T. Medical biological aspects of influence of an aromatherapy on a functional condition of an organism.....	93
Kozak N. The role of media education in shaping a healthy personality in the educational process in secondary schools	98
Konovalova O. O., Gritshuik N. M. Workbook as means for organizing extracurricular work in life safety.....	10
	5
Korobska G. Effectiveness of Using Computer Educational Programs for Students’ Study of Physical and Mathematical Disciplines while Maintaining Their Health.....	10
	9
Kuidina T. Forming of axiological attitude of teachers to the problems of the health during the process study of valeology.....	11
	3
Fedorenko Y. Spiritual principles of family education	11
	7
Hrabra S., Vakulenko L., Barladin O., Lopatka A. Digital dermatoglyphics at patients with coronary heart disease.....	12
	3
Shakhnenko V. Destruction of a social system and indigenous people as one of causes of	

destruction of the ukrainian national culture..... 12
7

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВАЛЕОЛОГІЇ

УДК 613

ФИЛОСОФСКО-МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ РАЗВИТИЯ ВАЛЕОЛОГИИ

Гончаренко М. С., Пугач Б. Я.
Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина
Харьков, Украина

Работа освещает представления о научной платформе развития валеологии. Рассмотрены современные мировоззренческие представления об организации мира и человека, возможности его гармоничного развития, особенности энерго-информационной организации человека. Эти фундаментальные подходы направлены на познание закономерностей взаимодействия духовного, психического и физического тел человека, что является важным для создания как теоретической базы науки о здоровье, так и для разработки новых методов диагностики и саморегуляции здоровья.

Ключевые слова: энерго-информационные уровни организации человека, волновые процессы, физическая, психическая, социальная и духовная составляющие здоровья.

Робота висвітлює уявлення про наукову платформу розвитку валеології. Розглянуто сучасні світоглядні уявлення про організацію світу і людини, можливості його гармонійного розвитку, особливості енерго-інформаційної організації людини. Ці фундаментальні підходи спрямовані на пізнання закономірностей взаємодії духовної, психічної і фізичної складової людини, що є важливим для створення як теоретичної бази науки про здоров'я, так і для розробки нових методів діагностики і саморегуляції здоров'я.

Ключові слова: енерго-інформаційні рівні організації людини, хвильові процеси, фізична, психічна, соціальна і духовна складові здоров'я.

The work covers the concept of scientific development platform valeology. The modern philosophical ideas about the organization of the world and man, the possibility of its harmonious development, particularly energy-information organization man. These fundamental approaches aimed at understanding the laws of interaction between the spiritual, mental and physical bodies of man, which is important to create a theoretical framework of health science and to develop new methods of diagnosis and self-regulation of health.

Key words: energy and information levels of the organization man, wave processes, the physical, mental, social and spiritual components of health.

На X Международной научно-практической конференции «Валеология: современное состояние и перспективы развития», которая проходила в Харьковском национальном университете имени В. Н. Каразина 5–7 апреля 2012 г., освещались следующие вопросы: формирование современного мировоззрения, мироустройство, миропонимание, особенности энерго-информационной организации человека и волновых закономерностей функционирования. Все эти вопросы рассматривались в аспекте их связи с формированием и изменением состояния здоровья человека.

Цель данной работы состоит в рассмотрении теоретических и практических аспектов развития валеологии — молодой интегральной науки о здоровье, базирующейся на современном миропонимании, мироустройстве и мировоззрении.

Смена Ньютоно-Картезианской парадигмы устройства мира на Эйнштейновскую привела к формированию нового миропонимания, мироустройства, мировоззрения. Важным моментом в современном понимании мироустройства является представление об информационном поле Вселенной: оно слоисто, структурно напоминает матрешку, нелокально. Речь идет о слоях разной плотности, при чем каждый «выше лежащий» слой пронизывает все «ниже лежащие» слои, и иерархически связан с более высокими слоями вплоть до Абсолюта (схема 1).

В основе понимания взаимодействия слоев лежит теория взаимодействия волновых процессов. Слои различной плотности энергии представляют собой энергетические поля, порождающие волны различной частоты вибраций.

Такие носители информации, как торсионные поля, создают в тонком мире не серию уровней, а серию спиралей разной тонкости вибраций и разных частот. Волновые процессы характеризуются длиной, частотой, формой, периодом.

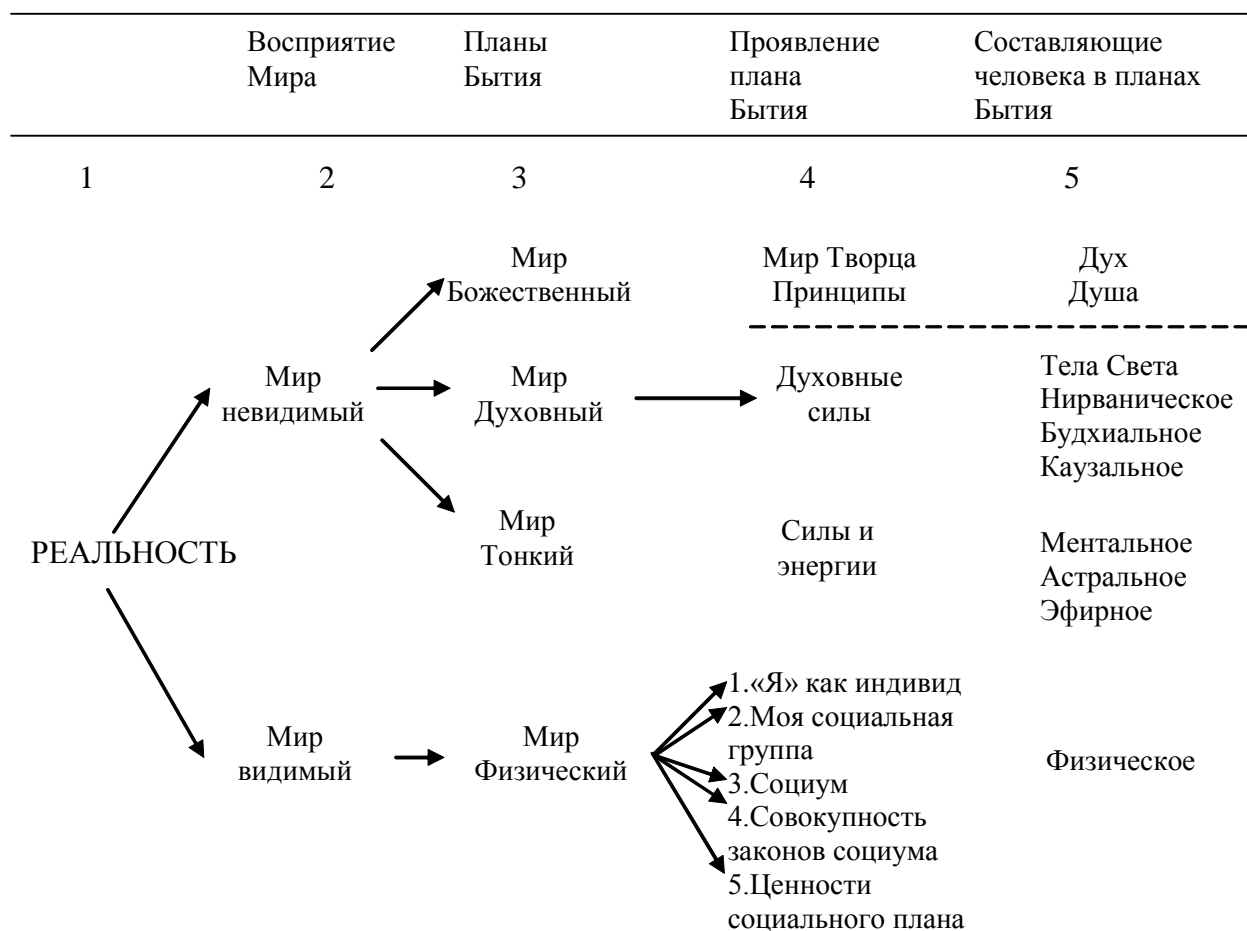


Схема 1. Восприятие и раскрытие реальности

На уровне целостной системы организма все составляющие его электромагнитные и энергетические поля суммируются в тонкие энергетические тела. Суммарный процесс функционирования организма человека представляет цикл взаимодействия волновых и корпускулярных свойств материи в пространстве–времени, т. е. взаимодействие тонкого и физического плана (рис. 1, 2, 3).

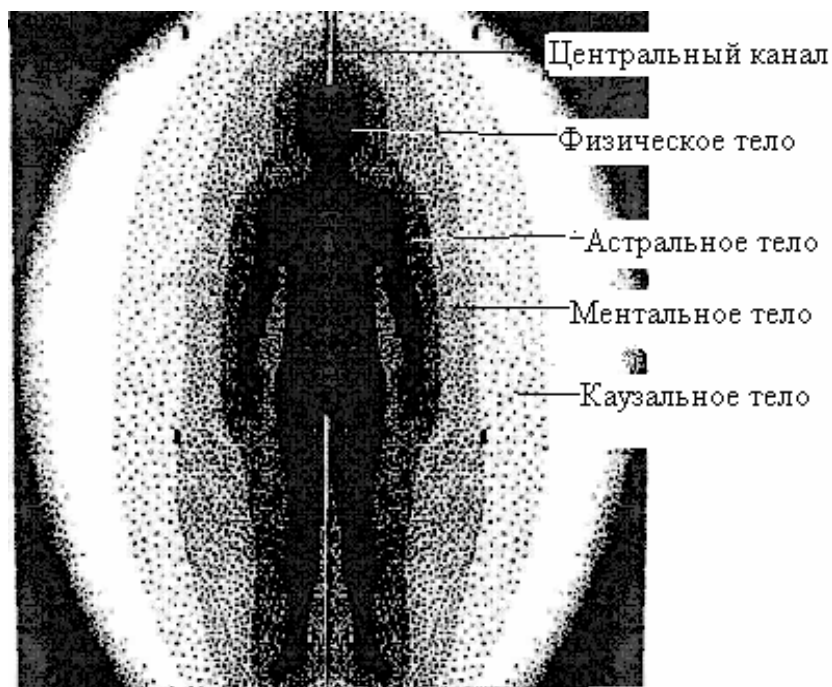


Рис. 1. Энергетические поля человека

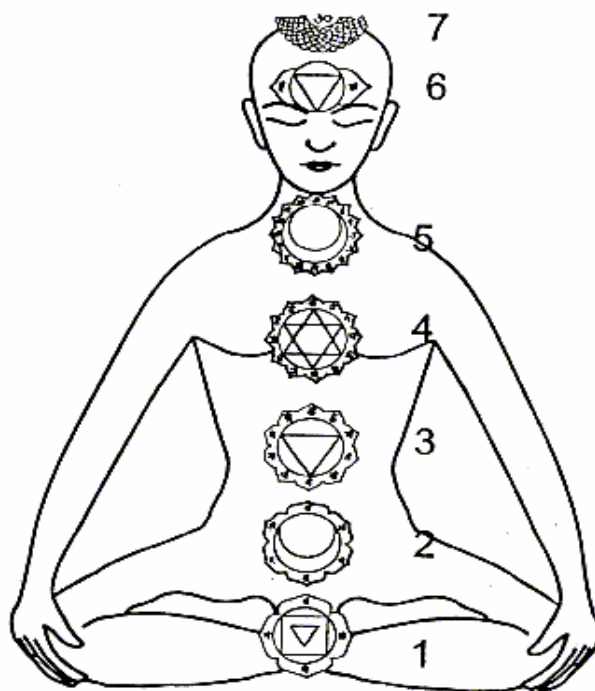


Рис. 2. Расположение энергетических центров в организме человека

Примечание: 1 – муладхара; 2 – свадхистхана; 3 – манипура; 4 – анахата; 5 – вишуддха; 6 – аджна; 7 – сахасрара.



Рис. 3. Физиологические ассоциации энергетических центров — чакр



Схема 2. Метаструктура взаимосвязи Природы, Знания и человека

Здоровый человек характеризуется гармоничным взаимодействием физического и тонкого плана, т.е. духа, души и тела. Этот принцип базируется на новом понимании мироустройства. Из этой закономерности вытекает иерархический принцип построения здоровья — один из главных валеологических принципов управляющей роли духа при взаимодействии триединой структуры: духа, души и тела. На каждом уровне функционирования материи: информационном, энергетическом, вещественном существуют свои уровни организации материи и, соответственно, свои закономерности взаимодействий (схема 2, табл. 1, 2).

Таблица 1. Частоты собственных колебаний органов и структур человека

Органы и структуры человека	Собственные частоты колебаний, Гц
Бронхи	32,5; 46,0; 76,5; 86,0; 92,0
Венечные (коронарные) сосуды сердца	43,5; 44,0; 95,5
Вилочковая железа (тимус)	69,0; 79,0
Гипотоламус	7,5; 15,0; 100,0
Гипофиз, задняя доля	92,5; 99,0
Гипофиз, передняя доля	91,5; 98,0
Глаза	72,5; 64,0
Глотка	71,5
Гортань	13,5

Таблица 2. Частоты собственных колебаний органов и структур человека

Органы и структуры человека	Собственные частоты колебаний, Гц
Мышечная система	23,5; 62,0;
Диафрагма	91,0
Евстахиева труба	27,0
Желудок	49,0; 55,5; 58,25; 59, 75; 73,0
Желчный пузырь	63,5
Кожа	6,0; 26,5; 85,0
Костный мозг	9,0; 93,0
Легкие	72,0
Миндалины	20,5
Надпочечники	52,75; 53,0; 53,5

Из данных таблиц 1, 2 следует, что каждый орган и каждая клетка обладает своим специфическим спектром колебаний, своими специфическими характеристиками этих колебаний (формой, видом, а также частотой). Поддержание этих колебаний зависит от «добротности» резонатора. Если «добротность» нарушена или искажена, могут возникнуть инкогерентные, неадекватные, патологические электромагнитные колебания. В случае, когда существующий в организме механизм саморегуляции и оздоровления оказывается не в состоянии деструктурировать эти колебания — возникает заболевание.

Развитие патологических процессов приводит к изменению этого спектра частот в виде появления патологических (дисгармонических) колебаний (рис 4). Патологические колебания могут устраняться применением внешних электромагнитных колебаний. В

здоровом організмі зберігається відносний баланс електромагнітних коливань, що складають гомеостаз, а при патологічних відхиленнях спостерігаються порушення цієї гармонії коливань.

амплітуда

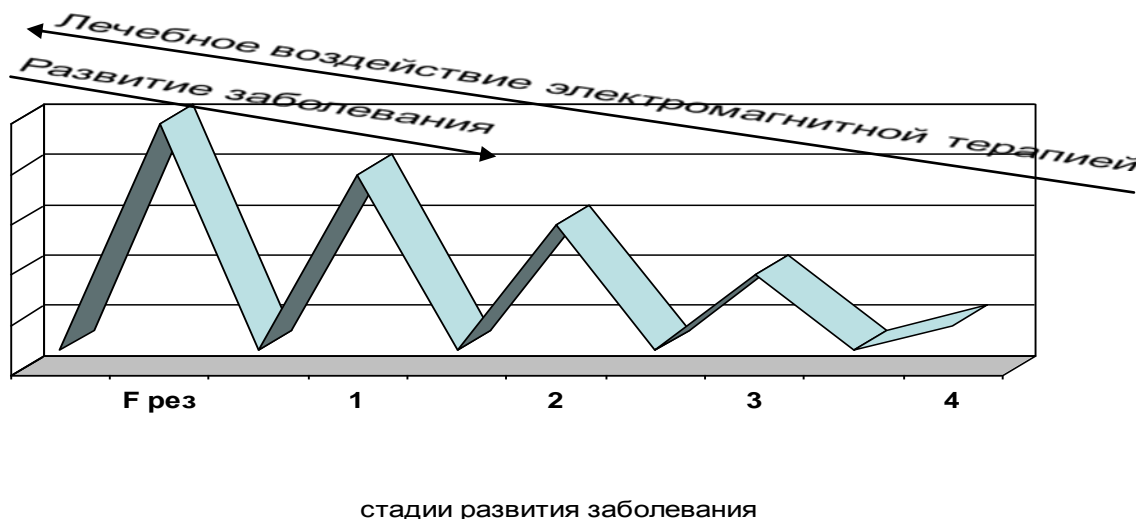


Рис. 4. Схема изменения в частотном диапазоне электромагнитных колебаний, как патогенетический символ развития заболевания

Из данных рисунка 4 следует, что смещение в частотном диапазоне может происходить как в одну сторону высоких частот, так и в сторону низких частот. Отклонение органа от рабочей частоты приводит к заболеванию. В таблице 3 дается обобщенное представление об универсальной концепции здоровья и причин болезней.

Таблица 3. Универсальная концепция здоровья и причин болезней

Индивидуальные факторы	Образ жизни человека	Окружающий мир
Мировоззрение	Поиск смысла жизни (целеориентация)	Природа
Ценности	Воспитание целей (приоритетов)	Человечество
Традиции (стереотипы поведения)	Созидание (создание продукта, необходимого обществу)	Государство
Условия жизни	Обучение, культура	Общество (общественные институты)
Интеллект	Труд	Коллектив
Психотип	Создание семьи, межличностные отношения	Семья
Генотип	Сохранение жизни	Материальные условия жизни

Согласно современным представлениям формирование патологического процесса развивается во времени по следующим стадиям:

- первая стадия — временное рассогласование различных уровней функционирования биосистемы;
- вторая стадия — нарушение информационных потоков в организме в режиме функционального напряжения, при состоянии стресса или при синдроме хронической усталости. Восстановление возможно при активном участии в процессе восстановления самого пациента;
- третья стадия — нарушение обмена энергии, циркуляции энергии. Для восстановления необходимы терапевтические процедуры;
- четвертая стадия — нарушение обмена веществ и разрушение структур. Хронические заболевания. При дальнейшем смещении частоты — дегенерация органа и отмирание ткани.

Исходя из представлений о развитии патологического процесса в организме человека, можно утверждать, что здоровье — это динамический, нелокальный, сгармонизированный спектр волновых процессов различных органов и систем человека. На схеме 3 представлена мономерная энергоинформационная система человека, отражающая взаимодействие его тонких тел с физическим телом.



Схема 3. Многомерная энергетическая система человека

Создание энергетической структуры тонкого тела предшествует формированию физического тела и управляет его развитием, т.е. является своего рода «технологической картой», в соответствии с которой развивается тело. Изменения в структуре тонких тел передаются в физическое тело через меридианы. Меридианы своего рода «канал» или «дверь» между физическим и тонкими телами. Состояние энергоинформационной структурной организации человека определяется с помощью методов информодиагностики.

Методы информодиагностики — это методы, которые исследуют процессы обмена информации в организме (прием, кодирование, передача, декодирование, сохранение информации):

- физикальные: терапевтический осмотр;
- лабораторные: исследование концентрации и соотношения гормонов; иммунограмма и др.;
- исследование содержания БАВ;

- аппаратные: электропунктурная диагностика (по Фоллю, Накатани и др.); электрокардиография, электроэнцефалография, электромиография, компьютерная диагностика на АПК «КСД», «INTA-com-Voll» и др.

Информотерапия — область валеологических знаний, которая изучает влияние информации на физиологические, биохимические, биофизические и патологические процессы в организме человека, процессы поступления, кодирования, хранения, декодирования и использования информации.

Саморегуляция физиологических функций — это процесс автоматического поддержания какого-либо жизненно важного фактора организма на постоянном уровне.

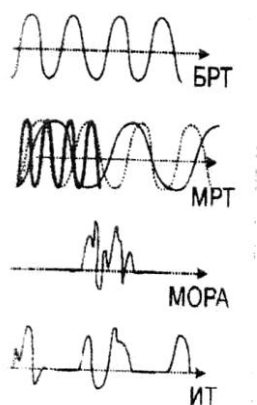


Рис. 5. Характеристика методов волновой терапии

Биорезонансная терапия (БРТ) — лечение с помощью одной фиксированной (постоянно действующей) частоты.

Мультирезонансная терапия (МРТ) — лечение с помощью нескольких фиксированных частот одновременно.

Мора-терапия лечит сложными электромагнитными спектрами.

Интерференционная терапия — лечение на основании взаимодействия внутренних и внешних частот, не синхронизированных во времени.

Информотерапия (ИТ) — лечение развернутыми во времени последовательностями частот или спектров, структурированных по принципу клеточных языков (рис. 5).

В соответствии с принятой структурной организацией человека, состояние здоровья отдельно оценивается на разных уровнях организации, т.е. на физическом уровне (таблица 4), психическом, духовном и социальном уровнях (таблица 5).

Резонансная коррекция не лечит органы или систему органов, она обновляет энергоинформационный портрет здорового человека при помощи проходимости внутренней информации в структуры организма, гармонизирует перемещение энергии внутри организма, используя способность организма к саморегуляции.

Все носители информации имеют волновую природу различной длины и частоты, развиваются в пространстве и времени нелинейно (фрактально).

Получение объектом информационных кодов приводят его к необходимости произвести некоторый комплекс целесообразных действий. Этот комплекс состоит из изменений параметров внутреннего состояния объекта и изменений его внешних проявлений (взаимодействие с объектами среды). Принцип целесообразности включает в себя принцип своевременности каждого действия в отдельности и согласования их по времени в комплексе.

Таблица 4. Уровни организации человеческого организма, используемые для диагностики и коррекции здоровья (физический (организменный) уровень)

Уровни	Молекулярный	Клеточный	Тканевой	Органый	Мегамерный сегментарный	Надсегментарный	Системный
Информационный	ДНК, РНК, ферменты, рецепторы, ионные каналы	Генетич. аппарат, плазматич. мембрана	Мета-симпатич. НС, гормональные клетки органов	Головной мозг, спинной мозг, эндокр. железы, селезенка, лимфоузлы	Информац. каналы (меридианы) Состоит из: часть органа, участокожи, позвонки, суставы, сегмент. мышцы	Регуляторные или управляющие центры (аналог – чакры) Состоит из: эндокринная железа, нервное сплетение, иммунный орган	Эндокрин., нервная и органы чувств, иммунная, половая системы
Химический, вещественный	Микроэлементы, витамины, аминокисл. липиды, углеводы, пурины, пиримидины и т.д.	Эндоплазматический ретикулум, цитоплазма	Зародышевые листки и их производные (ткани): энтодерма, эктодерма, мезодерма	Желудок, кишечник, печень, поджелудочная железа, сердце, сосуды			Пищеварительная, сердечно-сосудистая, выделительная
Энергетический	Квант энергии, молекула АТФ	Митохондрии		легкие			Мышечная дыхательная

Таблица 5. Уровни организации человеческого организма, используемые для диагностики и коррекции здоровья (психический, духовный, социальный уровень)

Психический	Социальный	Духовный
Потребностно-мотивационная сфера: Потребности Желания Убеждения Ценности	Коммуникативно-поведенческая сфера: Характер Взаимоотношения Особенности общения Межличностное восприятие	сознание свобода выбора совесть страх Божий поиск Бога
Эмоционально-волевая сфера: Чувства Эмоции Настроение Волевые процессы		
Интеллектуально-познавательная сфера: Ощущения Восприятия Представления Память Мышление		

В связи с этим стал наиболее актуальным вопрос о влиянии на здоровье человека уровней его взаимодействия с окружающим миром и между собой. Представления о

голографических механизмах функционирования сознания человека, о его структурной энергетической организации, о биохимических и биофизических механизмах, лежащих в основе волнового функционирования и т.д. являются фундаментальной основой формирования нового мировоззрения.

Выводы и перспективы дальнейшего развития

Новые знания требуют новых подходов к изучению. С одной стороны, необходимо знать, как передается волновой информационный сигнал от окружающей среды в организм человека, как осуществляется преобразование его, как определить позитивность реакции организма и гармонизирующее действие. С другой стороны, важно знать механизмы преобразования информационного сигнала, на границе среда — организм, на уровне клетки, плазматической мембраны.

Согласно изложенному выше, развитие валеологии требует серьезной теоретической основы. Прежде всего, необходимо совершенствование философско-мировоззренческого направления. Это фундаментальное направление должно стремиться познать закономерности взаимодействия духовного, психического и физического тел, что является важным как для теоретической базы науки о здоровье, так и для разработки новых методов диагностики, коррекции, реабилитации.

Ведущая роль в развитии этого процесса отводится приоритету изучения, познания и осознания роли духовности в формировании здоровья, морально-нравственного совершенствования, которые являются определяющими в общем уровне культуры здоровья нынешнего человеческого общества.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гончаренко М. С. Валеопедагогические аспекты духовности: [учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед.] / М. С. Гончаренко. — Х.: ХНУ им. В. Н. Каразина, 2007. — 400 с.
2. Гончаренко М. С. Научные основы современного мировоззрения. Валеологический аспект: [учеб.-метод. пособ.] / М. С. Гончаренко. — Х.: ХНУ им. В. Н. Каразина, 2012. — 256 с.
3. Головаха М. А. Информодиагностика и информотерапия / М. А. Головаха. — К.: ТОВ «Дорадо-Друк», 2010. — 128 с.
4. Колпаков В. М. Самоменеджмент: Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / В. М. Колпаков. — К.: Персонал, 2008. — 528 с.
5. Краузе Т. Мироздание. Истоки знаний и диалектика сознания. — Х.: ТАЛ «Слобожанщина», 2005, — 536 с.
6. Лихачев Б. Т. Педагогика: курс лекций / Б. Т. Лихачев; под ред. В. А. Сластенина. — М.: «Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС», 2010. — 647 с.
7. Нагавкина Л. С. Валеологические основы педагогической деятельности: [учебно – методическое пособие] / Л. С. Нагавкина, Л. Г. Татарникова.— Санкт-Петербург: Изд. «КАРО», 2005. — 272 с.

УДК 130.9:159.9

КОНЦЕПЦИЯ ДУХОВНОСТИ С ПОЗИЦИИ ИНФОРМАЦИОННО-ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ КАРТИНЫ БЫТИЯ

Акименко О. А.

Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко,
Луганск, Украина

Предлагается авторская концепция духовности с позиции информационно-энергетической картины бытия. Выделены аспекты проявления духовности: духовность Мира, духовность среды, социума, духовность группы и духовность личности. Описаны формы проявления духовности: духовность может проявляться как процесс, как состояние, как средство-условие, как результат. Раскрывается роль духовности как функционального инструмента, обеспечивающего связь человека и сообщества с психической реальностью (информационно-энергетическим полем Земли).

Ключевые слова: духовность, духовность личности, психическая реальность, духовность как функциональный инструмент.

Пропонується авторська концепція духовності з позиції інформаційно-енергетичної картини буття. Виділено аспекти прояву духовності: духовність Світу, духовність середовища, соціуму, духовність групи та духовність особистості. Описано форми прояву духовності: духовність може проявлятися як процес, як стан, як засіб-умова, як результат. Розкривається роль духовності як функціонального інструменту, що забезпечує зв'язок людини та співтовариства з психічною реальністю (інформаційно-енергетичним полем Землі).

Ключові слова: духовність, духовність особистості, психічна реальність, духовність як функціональний інструмент.

Concept of spirituality from a position of information and energy picture of being. The author's concept of spirituality from a position of information and energy of being is suggest. The role of spirituality is cover as a functional tool providing the link between person and society and psychic reality (information energy field of the Earth).

Key words: spirituality, spiritual person, psychic reality, spirituality, as a functional tool.

Проблема выбора жизненных стратегий человечества и поиска новых путей его развития является актуальной. Идет поиск нового «взгляда» на мир, по существу формирование новой системы мировоззрения, системы ценностных приоритетов, связанных с иными стратегиями человеческой жизнедеятельности и органической включенностью человека в целостный космос, понимание человека как результата космической эволюции породившего его мира.

Процессы реальной действительности предъявляют новые требования к человеку, социуму, жизни, диктуя новое их понимание и решение. Стремление понять, объяснить, раскрыть или преобразовать смысл человеческой жизни неизбежно приводит к необходимости обратить большее внимание на нравственный опыт вообще, нравственные чувства, роль морали в обществе, качественно иную суть природы человека, как существа духовного. А это заставляет по-новому переосмыслить, осознать существующую систему взглядов, понятий и посмотреть на них с другой точки зрения. Важно начать изучать человека — как проявление разумного космического процесса на Земле и перейти от неорганической термодинамической картины мира к органической, информационно-энергетической картине бытия. Необходимо объединить в единое целое ранее противопоставляющие друг другу три плана бытия — физический, душевный (психический) и духовный, чтобы прийти к их истинному, более глубокому их постижению и начать осмысленно изучать психическую реальность, ее роль в жизни общества [2, 7–8].

Возникла необходимость в освоении более глубокой внутренней сути человека, в воспитании и развитии самодостаточного, цельного, внутренне гармоничного, активно познающего и преобразующего себя и мир человека. Человека, живущего в гармонии с самим собой, в резонансе, гармоничном взаимодействии с окружающим Миром.

Это определило проблему духовности, духовного развития личности, ее модификации, преобразования как актуальную.

Духовность как феномен всегда была в поле зрения человеческой цивилизации. По мере развития цивилизации, ее взросления и изменения, менялось понимание, объяснение и подходы к пониманию духовности. В каждый конкретный исторический период в нее вкладывалось то, что наиболее важно и значимо было для данного народа, культуры. В каждую историческую эпоху в ней открывалось нечто новое, неизведанное, что дополняло и расширяло видение и понимание данного явления и феномена.

Духовность изучалась и изучается с разных позиций. С позиции философско-религиозного подхода она рассматривалась у Аристотеля, Платона, Плотина, Гераклита, Гегеля и др.

Культурологическое направление развивали представители украинской философской мысли: Г. Сковорода, Я. Козельский, А. Духнович, П. Юркевич, Г. Шевченко, О. Рудницкая и многие другие.

Космическое направление представлено плеядой русских космистов: А. Сухово-Кобылин, Н. Федоров, Н. Умов, В. Вернадский, А. Чижевский, В. Соловьев, П. Флоренский, Н. Бердяев, А. Горский и др.

Психолого-педагогический аспект духовности рассматривается в работах Д. Бойманн, Р. Апресяна, Г. Шевченко, В. Исаева, Н. Дзябко, Г. Горбулич, В. Подрезова, И. Карпенко, П. Холл и др.

Психологический аспект духовности представлен в работах А. Маслоу, У. Джеймса, К. Юнга, Б. Вышеславцева, А. Брушлинского, П. Шихерева, У. Хетчер и др.

Социально-психологический подход представлен в работах К. Юнга и незначительно в работах космистов.

На сегодняшний день нет какой-либо стройной концепции духовности. Социально-психологический аспект остается невыделенным.

Разные авторы, с разных позиций анализируя понятие духовность, чаще сводят его к душевности и предлагают различные описательные характеристики данной категории. Диапазон характеристик и подходов широк: от понимания духовности как некоего нематериального начала, перводвигателя Космоса, формообразующего начала, заполняющего все пространство, до соотношения данного понятия с понятием человек, личность, понимая его с одной стороны как сверхразумное начало, с другой ограничивая телом, а позднее, вообще сводя к одной из структурных характеристик личности. Духовность рассматривали и как процесс развития и самосовершенствования личности, и как одну из форм проявления психики человеческого индивида, сводили к сверхсознанию, рассматривали как аспект воли и т.д. [3, 6–11].

Если ранее духовность сводили, к какой-то особой характеристике личности, то в настоящее время уже присутствует осознание того, что это некое сложное своеобразие личности, объединяющее определенный набор свойств, от которых зависит глубина освоенности и проявления духовности.

В последнее время духовность рассматривают как сложную целостность личности, включая в ее состав и интеллектуальность, и ментальность, и сентиментальность, и религиозность, и церковность и энергичность. Как отмечает Митрополит Киевский и всея Украины АПЦ Виктор Веряскин, «Духовность — это целостность, которая включает в себя чистейшую ментальность, чистейшую сентиментальность, адекватность внешнего выражения религиозных жестов и обрядов, пронизанность божественными энергиями как стяжания и накопления в себе благодатных энергий святого духа, той силы, которая способна просвещать, исцелять, вдохновлять, поднимать на подвиг», (Киев, 2012).

Мы считаем, что для более полного понимания духовности важно выйти за рамки биосреды вида и признать органическую, информационно-энергетическую картину бытия. Посмотреть на жизнь как на целостный космический процесс, а на окружающий мир — как

на условие, средство, результат процесса внутреннего преобразования личности, соотнося понятие духовности не только с внутренним миром человека, но и с внешним Миром.

Изучая и обобщая существующие концепции, подходы, взгляды, мы разработали свою концепцию духовности. В самом широком смысле духовность — это мера проникновения, единения с информационными объемами бытия и осознанное их применение в реальной жизни. От меры проникновения зависят особенности восприятия Мира, Себя, Общества, своеобразие организованного взаимодействия, мера освоенной и проявленной духовности.

Духовность, являясь интегральным образованием, многоликим, многомерным, многофакторным, пронизывает все структурные образования общества, групп, личности, кардинально меняя содержание и своеобразие их проявления. Качественно преобразуя все их содержательные характеристики, приводит к трансформации, т.е. образованию нового качества. Рассматривая духовность как многомерное явление, мы выделяем четыре уровня проявления духовности: функционально-поведенческий, эмоционально-чувственный, личностно-смысловой и глубинно-осознанный. Выделяем аспекты проявления духовности, предлагая рассматривать духовность Мира, духовность среды, социума, духовность группы и духовность личности. Выделяем формы проявления духовности: духовность может проявляться как процесс, как состояние, как средство-условие, как результат [3, 6–11].

Духовность мира существует сама по себе и осознается по мере развития человеческого общества, это существующие информационные аспекты бытия. Это духовность с точки зрения Космических Аспектов Жизни и проблем Жизни. Это проявление законов, механизмов, закономерностей Жизни Мира и осознанное их изучение, и применение в процессе жизнедеятельности.

Духовность общества — это совокупность осознанно усвоенной информации, значений, смыслов, которая проявляются и закрепляются в культуре и через культуру оказывает влияние на духовность группы и духовность личности. Это определенный, принятый, удобный для социума уровень нормативных констант, смысловых единиц, основных категорий жизнедеятельности, которые отражают истины, постигнутые обществом или удобные для общества, в рамках которых общество пытается «удержать» входящего в него и организовать свою жизнь. Данный уровень оказывает влияние на уровень духовности группы и уровень духовности личности.

Духовность группы связана с духовностью общества, но группа, находясь в обществе и являясь ее ячейкой, вырабатывает свое представление о духовности, ее критерии, сути, содержание. Духовность группы — это удобная, понимаемая и приемлемая для группы мера единения с информационными аспектами Бытия. Это смысловые единицы, лежащие в основе возникновения группы и определяющие особенность ее жизнедеятельности. Основные принятые понятия, усвоенные и понятные группе формы взаимодействия, которые проявляются в уровне культуры группы, ее целях, нормах, смыслах, содержании, существующих подходах, в выборе способа решения возникающих проблем. Принятое в группе общее отношение к жизни, Миру, которое воспроизводится в образе жизни. Это отношение к обществу, другим людям, труду, происходящим процессам жизни. Все это создает особое силовое поле группы, которое оказывает воздействие на формирование духовности личности, за рамки которого личность, в большинстве своем опасается выйти.

Духовность личности, как инструмент проникновения и постижения Мира и себя, реализуется в проявленной, типичной для данной личности форме взаимодействия с окружающим миром (функционально-поведенческой, эмоционально-чувственной, личностно-смысловой и глубинно-осознанной) [2; 3], которая определяет глубину содержательных, смысловых характеристик, проявленных эмоций, чувств и переживаний. Духовность личности пронизывает все ее структурные образования, кардинально меняя их содержание и проявление. Это мера осознания информационных аспектов бытия, степень их постижения и осознанного применения. Духовность личности предполагает такое развитие человека, при котором он смог бы соединить в своем духовном мире разные формы мышления, разные нравственные и духовные (информационные) спектры и быть не просто

«человеком образованным», «человеком культурным», а быть «человеком духовным», способным осознать множественность не только культурных смыслов бытия, но и информационных. Определяющими в данном случае являются содержательные характеристики сознания, включающие в себя когнитивный, поведенческий и эмоционально-оценочный компоненты и проявляющиеся в уровнях человеческого сознания. Освоенная духовность личности определяет духовность групп, в которые она входит и духовность общества, к которому она имеет отношение. Будучи многоликой, духовность личности имеет своеобразие своего проявления, реализуясь как процесс, как состояние, как условие-средство, как результат. Как процесс духовность связана с формированием, постижением, обретением более глубоких и содержательных характеристик личности. Как состояние, она связана с доступными и типичными для каждого человека содержательными характеристиками эмоционально-чувственных состояний и переживаний, которые определяют уровень освоенной духовности и, следовательно, доступные человеку содержательные характеристики психической реальности. Как условие и средство духовность определяет глубину постижения, как себя, своего внутреннего мира, так и мира внешнего и освоенный, доступный при данном уровне духовности способ взаимодействия. Как результат духовность проявляется в полученных продуктах деятельности, сделанных выборах, проявленных предпочтениях, совершенных поступках.

Обычно духовность рассматривают как некое своеобразие личности, которое присуще только отдельным людям и отличает их от всех остальных. Человек и человечество до конца не осознали, что духовность как особая характеристика личности, это важнейший функциональный инструмент и механизм, это внутреннее своеобразие человека, позволяющее человеку осознать и реализовать свою связь с окружающим миром и глубинным внутренним своеобразием. Именно благодаря сформированной духовности личности, ее глубине человек способен взаимодействовать, прочувствовать один или несколько информационных уровней психической реальности и объективировать наличную мудрость мироздания для потребностей жизни, воспользоваться ею как помощью Мира.

Духовность это результат длительной внутренней работы и более глубокой интегрально-целостной мотивационной сферы. Это более целостный и гармоничный взгляд на жизнь с осознанной, более сущностной и гармоничной иерархией ценностей. На уровне конкретной личности духовность проявляется в виде особой внутренней силы, которая обусловлена единством тела, души и духа, освоенной способностью человека интегрировать свой внутренний потенциал и с его помощью более глубоко и осознанно взаимодействовать с различными формами существующей психической реальности.

При анализе существующих подходов к определению духовности обращает на себя внимание ее обусловленность неким качественно иным взаимодействием человека с окружающим миром. От качества данного взаимодействия и способности удерживать возникающее состояние взаимодействия в текущей жизни зависит мера освоенной, проявленной духовности. Это не статичное явление, а функциональное своеобразие психики и внутреннего мира, которое обуславливает возможность использовать его для решения возникающих ситуаций жизни.

Духовность, в самом широком смысле слова, это некая качественная характеристика окружающего мироздания, которую человек может прочувствовать, освоить, вступить с ней во взаимодействие, достичь как некий результат своего жизненного пути и осознанного внутреннего развития.

Человечество, обращая внимание на духовность, чаще рассматривает ее как содержательную, особую качественную характеристику человека, которая отличает его от других людей и позволяет ему выделяться особым пониманием, более глубоким «видением» происходящего и более уместным выбором возможных способов поведения в возникающих ситуациях жизни.

С нашей точки зрения, духовность — это качество, которое каждый человек должен освоить в своей жизни, это характеристика иной меры сложности человека. Эта особенность,

которая, с одной стороны присуща всем, с другой — показатель того, что человек является более сложным явлением реальности, и, помимо тела, с которым человек чаще отождествляет себя, ему присущи и более сложные его характеристики, такие как Душа и Дух. Освоение данных содержательных характеристик позволит значительно расширить глубину освоенной духовности, что значительно расширит диапазон внешних и внутренних возможностей, качество и глубину взаимодействия человека с окружающим мирозданием и возможности личностной персонализации каждого.

Однако чаще духовность личности соотносят с чем-то, чем можно обладать или получить, и практически не осознают, что это некий уровень развития личности в пути его жизни, на который должен выйти каждый человек, чтобы соответствовать задачам своей жизни, и, как отметил К. Юнг, соответствовать своему предназначению [4, 454–477]. Духовность — это не какое-то особое уникальное своеобразие отдельных уникальных личностей, а качество, присущее всем, отсутствие проявления которого в настоящем свидетельствует о низком уровне развития, как конкретного человека, так и общества.

Человечеству и сообществу необходимо осознать, что духовность — это связующий инструмент человека с окружающим мирозданием, определяющий глубину взаимодействия человека с существующими информационно-энергетическими объемами бытия, глубина взаимодействия с которыми позволит сущностно преобразовать жизнь как отдельного человека, так и сообщества и планеты Земля в целом.

Существующее информационно-энергетическое поле Земли имеет психическую природу особого качества, поэтому мы называем его психической реальностью. Во все времена человечество изучало эту реальность и стремилось осознать ее роль и значение в жизни человека на планете Земля.

Существуют разные формы проявления психической реальности, такие как: душа народа, харизма, ноосфера, архетипы, коллективное бессознательное и др., которые играют сущностную роль в жизнедеятельности сообществ [5].

Психическая реальность через свои формы и сущностные характеристики оказывает влияние на все процессы жизни на Земле. Именно в формах проявления психической реальности сокрыт глубинный внутренний потенциал данного народа и данной территории, каждого конкретного человека. Этот потенциал имеет иную форму своей организации и доступный для пользования только через связующее звено — сформированную внутри и реализованную во вне, в воспроизводимом образе жизни — нравственность, в основе которой лежит духовность.

В древности планету Земля рассматривали как целостную систему, единый организм и часть межзвездного пространства, поэтому вопросы информационного взаимодействия внутри целостной системы мироздания занимали огромное место и были необходимым условием выживания планеты как целостной системы и как структурного элемента мироздания. В древности существовала особая каста людей (шаманы, жрецы), реализующие данную связь человечества с информационным полем Земли.

Существующая психическая реальность очень сложная, многоуровневая и многогранная, объединяющая в себе влияние прошлого, «иног» и настоящего. Будучи порождением прошлых времен и других миров она, в тоже время, является интегральным результатом текущей жизни. Она имеет сложную природу и управляет как отдельным человеком, так и сообществом, играя сущностную роль в жизнедеятельности каждого человека и всего сообщества. Содержательные характеристики этой реальности связаны с проявлением нравственных сил, которые могут проявляться на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровнях, и связаны с определенным уровнем развития моральных и интеллектуальных особенностей и освоенной зрелостью мозга [5].

Именно взаимосвязь человека с психической реальностью позволяет осознать новые идеи и логику перспектив развития общества.

Духовность — это инструмент объективирования содержательных характеристик психической реальности в жизни сообщества и конкретного человека. Это помощь

мироздания находящимся на планете Земля народам и государствам, это возможность каждому, с одной стороны осознать и ощутить себя важнейшим звеном, элементом, мироздания, а с другой — осознать и освоить свою глубинную сущность (свое предназначение) и найти необходимые средства и способы своей персонализации.

Чем в большей степени человек освоил свою внутреннюю суть, тем выше уровень его духовности, тем гармоничнее и конструктивнее он организует свою жизнь.

Чем в большей степени общество ориентировано на духовность и ее освоение, тем гармоничнее жизнь данного сообщества. Именно духовность выступает важнейшим инструментом, условием, механизмом нравственности, как человека, так и сообщества, степени его устойчивости и успешности в жизни.

На высшем уровне своего проявления духовность это иная глубина взаимодействия с психической реальностью, позволяющая овладеть особой информацией и видеть истинно значимую причину происходящих событий, выделять средства и способы изменения сложившейся ситуации, на качественно ином уровне понимать и объяснять Жизнь и Мир, перспективы их движения. Она помогает осознать истинные потребности общества и увидеть его скрытые возможности, и расширяя границы настоящего, позволяет на качественно ином уровне понять и объяснить жизнь, показать пути и средства ее прохождения в настоящем.

Подводя итог вышесказанному мы:

1. Рассматриваем духовность как многомерное явление и выделяем четыре уровня проявления духовности: функционально-поведенческий, эмоционально-чувственный, личностно-смысловой и глубинно-осознанный. Выделяем аспекты проявления духовности, рассматривая духовность Мира, духовность среды, социума, духовность группы и духовность личности. Выделяем формы проявления духовности: духовность может проявляться как процесс, как состояние, как средство-условие, как результат, как инструмент, механизм.

2. Считаем, что духовность — особая характеристика личности, ее функциональный инструмент и механизм, освоение которого позволяет осознать и реализовать предназначение человека в пути его жизни и гармонично взаимодействовать с окружающей психической реальностью, это мера проникновения, единения с информационными объемами бытия и осознанное их применение в реальной жизни.

3. Глубинный внутренний потенциал народа, данной территории, каждого человека сокрыт в различных формах психической реальности и доступный через нравственность, в основе которой лежит духовность.

ЛИТЕРАТУРА

1. Русский космизм: Антология философской мысли / С. Г. Семеновой, А. Г. Грачевой. — М.: Педагогика – Пресс, 1993. — 368с.
2. Акименко О. А. Логика жизненного пути личности. Онтогенез человеческого индивида и определяющие его факторы (социально-психологический аспект) / О. А. Акименко. Луганск: Шлях, 2001. — 64с.
3. Акименко О. О. Концепція духовності з позиції інформаційно-енергетичної картини буття. в Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. / под ред. С. Д. Максименка. Т. 5, ч. 5. — К.: 2003, — 344с., с. 6–11.
4. Юнг К. Г. О становлении личности. Бог и бессознательное / К. Г. Юнг. — М.: Олимп, ООО «Издательство АСТ-ЛТД», 1998. — с.454–477.
5. Акименко О. А. Психическая реальность и некоторые формы ее проявления. Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей / НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології; [редакційна рада: М. М. Слюсаревський (голова), В. Г. Кремень, С. Д. Максименко та ін]. — К.: Міленіум, 2011. – Вип. 26 (29). — 400с. С.3–11.

УДК 613.86

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ — ОСНОВА СОЗДАНИЯ ПРЕДПОСЫЛОК ДЛЯ ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА

Елизаров В. П.

Одесский валеологический центр «Эльфэль»

Одесса, Украина

Статья посвящена актуальным вопросам духовно-нравственного становления человека на основе формирования валеологической компетентности. В ней рассматривается роль валеологической культуры человека в приобретении знаний о своих возможностях сохранения и развития здоровья, обосновывается необходимость внутренней осознанной работы, расширением сознания и повышением творческого потенциала. Определенное место в статье отводится оценке нынешнего состояния духовности, проводится анализ причин духовного кризиса, безнравственности, что приводит к потере смысла жизни.

Ключевые слова: Валеология, культура, здоровье, компетентность, духовность, нравственность, кризис, безопасность, сознание, познание.

Стаття присвячена актуальним питанням духовно-морального становлення людини на основі формування валеологічної компетентності. У ній розглядається роль валеологічної культури людини в придбанні знань про свої можливості збереження і розвитку здоров'я, обґрунтовується необхідність внутрішньої усвідомленої роботи, розширенням свідомості і підвищенням творчого потенціал. Певне місце в статті приділяється оцінці нинішнього стану духовності, проводиться аналіз причин духовної кризи, аморальності, що призводить до втрати сенсу життя людей.

Ключові слова: Валеологія, культура, здоров'я, компетентність, духовність, моральність, криза, безпека, свідомість, пізнання.

The article is devoted to topical issues of spiritual and moral formation of man, based on the formation of valeological competence. In this article examines the role of culture valeological person to acquire knowledge about their ability to maintain health and development, the necessity of inner conscious, by expansion of consciousness and increase of creative potential. Designated in the article is given assess the current state of spirituality, analyzes the causes of spiritual crisis, immorality, resulting in a loss of meaning of life.s to a loss of meaning of life.

Key words: Valeology, culture, health, competence, spirituality, ethics, crisis, safety consciousness, cognition.

Валеологическое образование взрослых мы рассматриваем как средство целостного развития человека, включая его здоровье. Задача формирования валеологической компетентности взрослых состоит в формировании устойчивой мотивации здорового образа жизни и установки на саморазвитие в вопросах здоровья, содействии научному, социальному и экономическому развитию общества.

Результатом валеологического образования должна стать валеологическая культура человека, предполагающая знание им своих генетических, физиологических и психологических возможностей, методов и средств контроля, сохранения и развития своего здоровья, умение распространять валеологические знания на окружающих.

Анализ научной литературы показывает, что вопросам изучения отдельных аспектов проблемы развития валеологической компетентности личности уделяется определенное внимание, а именно: особенности сознательного и ценностного отношения к здоровью; раскрытие нравственности личности (В. Давидов, И. Лернер, В. Леднев, Я. Пономарев, О. Батюшкина); важности духовного развития человека в регуляции поведения во всех областях жизни. Теоретические основы морального воспитания учеников разрабатывали К. Ушинский, А. Макаренко, Г. Ващенко, В. Сухомлинский, и другие выдающиеся педагоги.

Не смотря на важность этих исследований, проблема формирования валеологической компетентности как средства духовного развития человека должным образом и в полной мере не изучена, и не исследована.

На пути решения этой проблемы есть немало противоречий. Между необходимостью расширения мировоззрения людей, повышением роли морали, духовности, и растущим моральным кризисом, вызванным, прежде всего, потерей духовных ценностей, ориентацией на индивидуализм, прагматизм и потребительство в личной и общественной жизни.

Между повышением качества жизни, которое зависит от экономической составляющей и эмоциональной сферы людей и как следствием постоянного улучшения здоровья людей, а в реальности мы отмечаем ухудшение здоровья потерю смысла жизни, уверенности в собственном будущем и будущем своей страны.

Между необходимостью решения таких проблем как преодоление демографического кризиса в нашей стране и снижения уровня смертности и растущим распространением таких негативных явлений, как алкоголизм, наркомания, токсикомания, суицид, преступность и бродяжничество.

С одной стороны меры украинского правительства по содействию позитивным инициативам, направленным на развитие духовности, нравственности, на борьбу за чистоту Интернета и телевидения, на противодействие распространению курения, алкоголизма, наркомании, и других негативных явлений; с другой – передозировка негативной информации, тенденциозная гипертрофировано натуралистическое освещение терактов, чрезвычайных событий.

Сегодня чаще стали говорить о проблемах духовности в нашем обществе, о необходимости духовного возрождения нашей страны. Но, к сожалению, в передачах и публикациях на эту тему, духовность понимается однобоко, чаще всего понимание духовности сводится к приобщению людей к религии. Какие меры можно принимать для повышения уровня духовности, если нет истинного понимания его сути.

Даже государственные руководители, как и работники учебных заведений когда речь заходит о духовно-нравственном воспитании учащихся и молодежи видят решение этого вопроса только с непосредственным участием церкви, посредством введения в школах факультативно преподавания предмета «Основы религиозной культуры» для изучения основ религии, а ведь монополия церкви на обеспечение нравственности и духовности человека вообще не оставляет места активной позиции человека. В практике православия нет установки как понять этот мир и овладеть им, как добиться гармонии между внешним и внутренним, раскрыть глубинный творческий потенциал и успешно реализовать его в жизни.

В понятие духовности входит совершенствование себя, достижение мастерства в каком-либо деле, познание, нравственность. Духовность предполагает наличие нравственности, а вот нравственность может быть и без духовности, но такая нравственность губительна для человека.

Все люди находятся в теснейшем взаимодействии друг с другом, и каждый человек является суммой отношений и многие процессы, это, в первую очередь, проблемы выстраивания человеческих отношений. Духовное развитие приводит в совершенствование жизнь человека, а его внутренний мир в гармонию. Если человек может стать счастливей, то он сможет помочь и другим людям достичь радости бытия.

Формирование валеологической компетентности на пути духовно-нравственного воспитания представляет собою дело государственной важности, потому что самая реальная опасность для государства состоит в безнравственности и в бездуховности общества. **Именно бездуховность и невежество являются главными причинами абсолютно всех неприятностей и болезней человека.** Нравственное сознание личности развивается под влиянием как внешних, так и внутренних факторов, которые тесно связаны между собой. К внешним факторам в развитии нравственного сознания личности мы относим социальную среду, семью как микросреду, общение, деятельность, средства массовой информации. «Засилие» же на телеэкранах фильмов-ужасов, боевиков, фильмов с элементами насилия не только оказывает отрицательное влияние на нравственное становление личности, способствуя развитию у нее агрессивных, человеконенавистнических чувств, но нередко приводит к деформации психики в целом, особенно неокрепшей детской.

Бездуховність, которая становится нормой нынешнего дня, ставит под угрозу все человеческие достижения. Негативная информация с экранов телевизоров, интернета, где, как правило, основной акцент во всех программах, не исключая и политические, переносится на самые жестокие события, происходящие в мире и в стране.

Негативное влияние СМИ на психику человека в этом случае заключается в том, что способно оказывать одурманивающее, наркотическое воздействие, а человек даже не замечает фактора воздействия, а потому не способен обдумать навязываемые ему шаблоны и стереотипы, сопоставить их с собственной системой нравственных ценностей.

К сожалению и символика негативных образов также работает и оказывает негативное влияние на сознание человека, а она сегодня присутствует везде — в одежде, на сумках, ремнях, тетрадках, книгах, рекламах, ею переполнен интернет.

Учёные установили, что такие ощущения, как резкая усталость, беспричинная агрессия, дурное настроение, и даже многие болезни могут стать последствиями негативного энергоинформационного воздействия.

Агрессивная психическая энергия, порожаемая массами людей, недовольных своей жизнью, создает опасный потенциал, воздействующий на живую природу. Концентрация негативных тонких энергий может вызываться и негативными ожиданиями населения — массированная информация о грядущем землетрясении, о растущей эпидемии гриппа, о непредсказуемых событиях в декабре 2012 года и др.

С одной стороны учитывая все эти обстоятельства и понимая, что мысли и поступки людей должны быть лишены агрессии, что необходимо избавиться от гнева и ярости, нельзя мстить и злословить, нельзя делать зло, чтобы не создавать вокруг негативную энергию, а с другой — мы отмечаем, что все это имеет место быть, и проявляется в обществе с тенденцией к росту, так как этому способствует среда, в которой живет человек.

Кроме того, нет должной культуры поведения в общественных местах, отсутствует культура речи. К сожалению, ругань сегодня стала «нормой» для современного человека и не только на улицах, но и даже с экранов телевидения. Слово есть результат мышления. То есть, каков мыслитель, таков и результат.

Из оскверненных слов строится хаос и разрушение — собственное и окружающих. Бранное слово вызывает мутагенный эффект, аналогичный вызываемому радиационным излучением. Вседозволенность речи оборачивается болезнью интеллекта, искаженного сознания.

Почему это имеет место, потому что эти вопросы остаются за пределом внимания взрослых, потому что нет знаний, нет понимания, а ведь интеллектуальное развитие детей зависит главным образом от того языка, на котором разговаривают окружающие их взрослые.

Но все эти вопросы пока вне зоны внимания и далеки от каких-либо решений в нашей стране. Все эти факты свидетельствуют о том, что общество, в котором происходит подобное, нельзя назвать цивилизованным обществом и духовно-нравственная безопасность государства находится под угрозой.

Возникает вопрос так как же создавать сегодня базу для духовно-нравственного развития в нашей стране, и что может служить таким положительным фактором чтобы что-то изменилось, откуда и чему должны учиться люди для того чтобы изменить свое поведение и ход мыслей.

В первую очередь человек должен наладить свою личную жизнь, научиться радоваться жизни, уметь уважать свободу других. Но для этого необходимо устранить невежественное восприятие мира, а это возможно только через познание. Познание приводит человека к состоянию осознанности к непрерывной сознательной жизни от понимания людей, правильно принимать ситуации. Совершенствование себя, достижение мастерства в своем деле, познание, нравственность это и есть духовное понятие.

Наша задача состоит в том, чтобы посредством валеологических центров проводить среди населения широкую просветительскую деятельность, что предполагает использование наших традиций и зарубежного опыта.

Формирование валеологической компетентности при обучении взрослых должно быть направлено на здоровьесотворение и мотивационно-смысловые основы здорового образа жизни, проявление сознательной регуляции человеком собственного поведения и деятельности, развитие способности к конструктивному решению различных жизненных проблем и активному включению в производительную жизнь общества.

Признание современной педагогической наукой духовного начала в человеке позволяет по-новому взглянуть и на самого человека, и на задачи его воспитания и образования, в частности, и на проблему духовно-нравственного становления человека.

Человек ищет свое спасение от любой болезни в лекарствах, а главными причинами абсолютно всех неприятностей и болезней человека являются бездуховность и невежество.

Именно кризисом человека можно охарактеризовать политический, социально-экономический и государственный кризис, наблюдающейся сейчас во многих странах.

Утрата духовного компонента у человека неизбежно приводит к технократизации его мышления. Человек стремится достигать цели любыми средствами, игнорируя категории веры, нравственности, совести, добра, справедливости и правды.

Если в форме чувства бездуховность предстает в виде душевной грубости, эгоизма, зависти, страха, лицемерия, жадности, бессовестности, бесстыдства, половой распущенности, пошлости, то в форме воли бездуховность проявляется в виде противоправного и безнравственного образа жизни.

А в сфере практической жизнедеятельности бездуховность выражается в форме снижения производительности труда, спада общественного производства, теневой экономики, мафии, разрушения окружающей среды, межнациональных конфликтов, тотального распада социальной жизни.

Таким образом, можно сделать вывод что здоровье, прежде всего, связано со смыслом человеческой жизни, с психологическими установками человека.

Отсутствие смысла жизни — это и причина появления вредных привычек (алкоголизм, наркомания, суицид). Такие люди не добиваются значимых успехов в жизни, они несчастны и могут представлять опасность для окружающих.

Заключается ли смысл жизни в любви к людям и в получении знаний? Да, как правило, люди с таким смыслом отличаются от остальных, прежде всего долгой жизнью, интересом к умственному труду и активным творчеством.

Очень хорошо заниматься спортом, тренировать свое тело, принимать оздоровительные процедуры, но, к сожалению это не главное и полного здоровья это не дает. Источник здоровья людей находится в их сознании.

Если человек познает, работает над расширением своего сознания, у него не будут превалировать психические энергии, он будет более оптимистично смотреть на мир и реально отражать его.

Человек, у которого сознание преобладает над психическими энергиями, стремится к совершенствованию, но живет он обычной жизнью, он доволен всем, он умеет радоваться и большому и малому, он радуется каждому новому дню, а «мировой кризис» остается за чертой его внимания, потому что он видит и чувствует жизнь, которая продолжается, не смотря, ни на что.

Обладая высоким сознанием человек, прекрасно адаптируется к любой среде, где бы он ни жил. Он коммуникабелен, вынослив, имеет меньше врагов и грамотнее ведет себя в конфликтах. Люди чувствуют его внутреннюю силу и тянутся к нему гораздо сильнее, чем к психологически расхлябанному, слабому человеку.

И наконец, человек, который сумел примирить все свои внутренние конфликты и проблемы, более гармоничен, нежели обычный человек, который не в ладу с самим собой.

В первую очередь такой человек ощущает себя полноценно реализованным, он находится в хорошей эмоциональной и волевой форме, и для него не представляет большой сложности добиться любых целей.

Такой человек меняет свое отношение к работе, он любит свою работу любое начатое дело он доводит до конца, до совершенства, проявляет творчество. А если работа как необходимость, как наказание — такая работа приносит только разрушения и болезнь.

В своей работе со взрослым населением мы используем валеологические приемы для ориентации людей на новое понимание взаимоотношений человека и природы, смысла жизни, судьбы человечества, отношения к своему здоровью, на воспитание творческого человека с новым мировоззрением, новым сознанием.

Посредством изучения методологии причинности человек расширяет свое сознание, учится правильно взаимодействовать с окружающим миром, осознает силу своих мыслей и учится приводить их в порядок и содержать в чистоте, новые знания о строении Вселенной, о строении тонких тел человека дают возможность по новому понять Законы Мироздания, закономерности в природе.

Самое главное, что люди начинают осознанно работать со своим внутренним миром, могут контролировать свои чувства, эмоции, взаимодействовать и правильно принимать разные жизненные ситуации.

Так постепенно в ходе обучения к людям приходит понимание, что жизненные проблемы и всяческие трудности начинают постепенно отступать, и на смену им приходит состояние легкости, свободы, жизненного мастерства.

В результате внутренней работы человек обретает постоянное чувство радости жизни, ее осмысленности, веры в себя, внутренней гармонии, а это и есть путь духовного развития, такой человек приобретает здоровье, и он может сам восстановить работоспособное состояние своего организма.

Человек с расширенным сознанием обладает высоким потенциалом, полон энтузиазма, счастья и имеет высокие честолюбивые планы, не боится ударов судьбы и готов преодолеть любую трудность.

Формирование валеологической компетентности в направлении духовно-нравственного обновления человека должно способствовать духовно-нравственной безопасности не только защищенности жизненно важных духовно-нравственных интересов и потребностей и создавать благоприятные условия для их развития.

Опыт духовного совершенствования человека с помощью валеологических знаний даже в рамках отдельных валеологических центров, показывает необходимость и пользу этой работы и есть основание предположить, что это найдет более широкое применение и существенным образом окажет влияние на улучшение духовно-нравственного климата в нашей стране.

ЛИТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. — К.: Здоровье, 1998. — 125 с.
2. Васильев В. Н. Здоровье и стресс / В. Н. Васильев. — М.: Знание, 1991. — 160 с.
3. Васильева В. Л., Кулиниченко В. Л. Развитие мировоззренческих и методологических основ современной эпидемиологии / В. Л. Васильева, В. Л. Кулиниченко // Эпидемиология и инфекционные болезни. — 2000. — № 6. — С.8.
4. Гончаренко М. С. Валеопедагогические аспекты духовности / М. С. Гончаренко. — Х.: Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина, 2007. — 398 с.
5. Гоч В. П., С. В. Теория причинности / В. П. Гоч, С. В. Белов. — Севастополь: Издатель Александр Карпин, 2003. — 338 с.
6. Ильин И. А. Путь духовного обновления // Ильин И. А. Путь к очевидности / И. А. Ильин. — М., 1993. — С.199–241.
7. Мельник П. Психологічні механізми девіантної поведінки / П. Мельник, І. Лановенко // Право України. — 2000. — №4. — С.90–93.
8. Маралов В. Г. Психология самопознания и саморазвития / В. Г. Маралов. — М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 256с.
9. Франк С. Л. Духовные основы общества / С. Л. Франк. — М.: Республика. — 1997. — 479 с.

УДК 378.091.33–027:796 «19»

ДІЛОВА ГРА ЯК ЗАСІБ ІНТЕНСИФІКАЦІЇ НАВЧАННЯ У ВНЗ ДРУГОЇ ПОЛОВИНИ ХХ СТОЛІТТЯ

Котова А. В.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна,
Харків, Україна

У статті проаналізовано місце ділової гри у навчальному процесі вищих навчальних закладів другої половини ХХ століття, представлено визначення поняття «гра», прийоми, необхідні для отримання бажаного педагогічного результату (випробування на собі, співвідношення «Я» дійсного та «Я», що оцінює тощо), проаналізовано особливості проведення умовних та реальних ділових ігор, визначено шляхи творчого використання накопиченого досвіду минулого у навчально-виховний процес сучасних ВНЗ.

Ключові слова: ділова гра, студенти, навчальний процес.

В статье проанализировано место игры в учебном процессе высших учебных заведений второй половины ХХ столетия, дано определение понятию «игра», определены приемы, необходимые для получения необходимого педагогического результата (испытание на себе, соотношение «Я» действительного и «Я» оценивающего и т.д.), проанализированы особенности проведения условных и реальных деловых игр, определены пути творческого использования накопленного опыта прошлых лет в учебно-воспитательный процесс современных вузов.

Ключевые слова: деловая игра, студенты, навчальний процес

The position of games in the academic activity of higher educational establishments is analyzed in this article. The notion of the game is given. Means that are necessary to get pedagogical result (trial on oneself, correlation between real «I» and «I» that assesses etc) are analyzed. Peculiarities of conditional and real business games organization are revealed. The way of creative usage of this experience in the academic activity of modern higher educational establishments is defined.

Key words: business game, student, academic activity.

Сучасний етап розвитку суспільства вимагає підготовки творчих спеціалістів, які здатні самостійно мислити, приймати рішення у нестандартних ситуаціях, нести відповідальність за свої вчинки, уникати конфліктних ситуацій під час здійснення професійної діяльності. Для підготовки таких спеціалістів викладачі вищої школи мають не тільки надати студентам ґрунтовні знання з відповідних навчальних дисциплін, але й навчити студентів самостійно працювати, психологічно підготувати їх до виконання своїх професійних обов'язків.

Досягненню цих цілей значною мірою сприяє застосування ділових ігор під час навчального процесу, адже саме гра створює позитивну мотивацію на навчання, сприяє кращому засвоєнню та розумінню навчального матеріалу, дозволяє створити умови максимально наближені до майбутньої професійної діяльності студентів.

Питання використання ігор у навчальному процесі досить широко висвітлювалося у педагогічній літературі. Так, А. Вербицький, В. Коваленко, П. Олійник, І. Черняк розглядали особливості впровадження та застосування ділових ігор з метою професійної підготовки студентів, М. Бірштейн, В. Галушко, М. Крюков та ін. вивчали можливості ділової гри для підвищення кваліфікації управлінців. Разом з тим, досвід використання ділових ігор у вищій школі минулого, на наш погляд, недостатньо висвітлено в науковій літературі.

Отже, **метою статті** є вивчення досвіду використання ділових ігор у навчально-виховному процесі вищої школи другої половини ХХ століття з метою впровадження педагогічно цінних ідей минулого в сучасний освітній процес вищих навчальних закладів України.

Виклад основного матеріалу. Аналіз педагогічної літератури засвідчив, що педагоги досліджуваного періоду намагалися активізувати пізнавальну діяльність студентів як протягом аудиторних занять, так і під час організації їх позааудиторної діяльності. Одним із ефективних засобів організації навчальної діяльності студентів були ділові ігри, які

дозволяли поєднати теоретичні питання навчальної дисципліни з практичними.

Педагоги досліджуваного періоду зазначали, що ігрова діяльність є не тільки рушійною силою для засвоєння навчального матеріалу, але й вимагає від гравців спритності та швидкості прийняття рішень у проблемній ситуації, є емоційним стимулом для навчання. Це, у свою чергу, дозволяло активізувати творчу активність осіб, що навчаються, задовольняло потреби як окремих особистостей, так і всього колективу. До того ж, ігрові ситуації сприяють індивідуальному підходу до кожного студента, допомагають розв'язати психологічні конфлікти, вчать оцінювати свої можливості та порівнювати їх з можливостями інших молодих людей [2, 31; 6, 113]

У досліджуваній періоду гри визначали як діяльність, що проектує майбутнє та є засобом накопичення внутрішнього психологічного досвіду. Завдяки створенню стану «відкритості», послабленню емоційних стереотипів та стереотипів поведінки, наявності внутрішньої свободи гра була дуже важливим елементом у навчально-виховному процесі ВНЗ другої половини ХХ століття [2, 33].

Ділова гра розглядалася як форма моделювання професійної діяльності спеціалістів, взаємовідносин у колективі, які були характерними для сфери цієї діяльності взагалі. Педагоги зазначали, що ділова гра у навчальному процесі вищої школи:

- сприяє розвитку професійного мислення майбутніх спеціалістів завдяки конструюванню та відтворенню ігрових ситуацій;
- основана на імітації реальних умов професійної сфери діяльності;
- являє собою діяльність, що поєднує у собі ігрові та педагогічні цілі;
- проводиться як спільна діяльність гравців, у ході якої приймаються рішення як окремими гравцями, так і групою студентів;
- сприяє налагодженню професійного спілкуванню між гравцями, вчить уникати конфліктних ситуацій [2, 30; 3, 38].

Наведемо декілька прикладів організації ділових ігор у навчально-виховному процесі вищої школи другої половини ХХ століття. Так, викладач Новосибірського педагогічного інституту Н. Анікеєва ефективним вважала організацію ділових ігор для підготовки майбутніх учителів у рамках навчально-тренувальних груп, які інколи об'єднували студентів не тільки різних академічних груп, але й різних факультетів. Для підготовки студентів до майбутньої спеціальності викладачі організували ділові ігри «учитель-учні», «учитель-адміністрація», «учитель-батьки», метою яких було вирішення конфліктних ситуацій, налагодження довірливих стосунків між учителями та учнями, моделювання поведінки учителя на уроці тощо.

Під час організації таких ігор викладачі дійшли висновку, що для досягнення необхідного педагогічного результату необхідно дотримуватися таких прийомів як:

- випробування на собі;
- співвідношення «Я» дійсного та «Я», що оцінює;
- маніпулювання часовим параметром;
- самозвіт.

Так, прийом «випробування на собі» заключався в тому, що студенти моделювали ігрові ситуації, про які до цього часу вони мали тільки теоретичне уявлення, що сприяло кращому розумінню особливостей обраного ними фаху.

Сутність педагогічного прийому «співвідношення «Я» дійсного та «Я», що оцінює», заключалося у моделюванні двома студентами конфліктної ситуації. Решта групи виступала у ролі глядачів. Після цього, один з «акторів» виходив з аудиторії, а інший розповідав ту ж саму ситуацію зі своєї точки зору, немов глядачі її не бачили. Потім до аудиторії запрошувався інший «актор», який також представляв своє бачення ситуації. Цікавим було те, що бачення ситуації студентами-акторами часто відрізнялося від тих ігрових подій, які побачили спостерігачі, що було пов'язано з суб'єктивним сприйняттям ігрової ситуації «акторами». Після цього викладачем організувалося обговорення, яке стимулювало розуміння особливостей міжособистісних відносин.

Прийом «маніпулювання часовим параметром» дозволяв студентам оцінити одну і ту ж подію з позицій минулого, теперішнього та майбутнього часу. Зокрема, один студент із навчальної групи заздалегідь готував фрагмент уроку (проекція у майбутнє), 5–6 студентів грали роль учнів (проекція у минуле), інші були спостерігачами. Після гри студент, який виконував роль викладача, мав пояснити студентам-практикантам доцільність використаних ним педагогічних прийомів під час проведення фрагменту уроку (ролі виконували ті студенти, які до цього були учнями та глядачами). Така гра сприяла розумінню необхідності використання тих чи інших педагогічних прийомів під час проведення заняття та дозволяла проаналізувати власні організаторські здібності [2].

Разом з тим, педагоги наголошували, що досить часто ігрові ситуації не відповідали реальному перебігу подій. Тому, запроваджуючи ділові ігри у навчальний процес, було запропоновано розрізняти умовні та реальні ігри. В умовних іграх учасники заздалегідь обговорювали характери діючих персонажів, алгоритм їхньої поведінки. Тоді як, в реальних іграх учасники гри не домовлялися про поведінку інших персонажів, а вживалися у відповідну роль і намагалися діяти так, як діяли б у житті. Деякі викладачі вважали доцільним програвати одну й ту ж ситуацію як у рамках умовної гри, так і реальної.

Виявилось, що, з одного боку, умовні ігри більш сприяли вирішенню технології конфлікту, а з іншого студенти почували себе скуто у рамках такої гри, забували про мету та завдання гри, намагаючись відстояти власну точку зору. В «реальних іграх» у студентів відбувалося вживання в роль, і тоді ігрова ситуація максимально наближувалася до можливих життєвих обставин.

Досвід проведення таких ділових ігор на заняттях засвідчив, що з часом у студентів з'являвся алгоритм розв'язання конфлікту, навички проведення нарад, батьківських зборів, виховних бесід з учнями тощо [3].

Аналіз педагогічної літератури засвідчив, що ділові ігри використовувалися не тільки для підготовки майбутніх педагогів. Вони широко використовувалися й для підготовки майбутніх інженерів. Наприклад, на фізико-технічному факультеті Харківського державного університету практикували проведення ділової гри «Конференція», яка сприяла формуванню наукового світогляду студентів, надавала змогу випробувати себе у ролі науковця, привчала працювати в команді над окремим дослідженням. Така ділова гра базувалася на виконанні студентами курсової роботи. Причому, майбутнім фахівцям дозволялося працювати над одним дослідженням у парах, що сприяло налагодженню професійного спілкування між ними. Після виконання курсових робіт, студенти захищали їх перед журі, яке й обирало найкращі роботи, передаючи їх у наступний етап змагання. Викладачі факультету підкреслювали, що така ділова гра надавала студентам змогу розкрити свої творчі здібності, отримати моральне задоволення від наукового пошуку, а також активізувала навчальну діяльність студентів [1; 4].

Для підготовки майбутніх економістів також проводилися ділові ігри. Так, ділова гра «Обрання кандидата на посаду керівника виробничого підрозділу» проводилася у декілька етапів. На першому етапі відбувалася дискусія щодо проблеми обрання керівників взагалі. Другий етап присвячувався складанню кожним студентом переліку ділових якостей, необхідних керівникові. На третьому етапі проводилося обговорення цих якостей у малих групах, тоді як четвертий етап було присвячено безпосередньо ігровій діяльності, коли на засіданні колеги обговорювалася кандидатура майбутнього керівника. Ігри такого типу вчили студентів аналізувати ділові якості працівників, обговорювати запропоновані кандидатури, обґрунтовувати правильність свого вибору [5].

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, теоретичні ідеї та практичний досвід щодо організації та проведення ділових ігор у навчально-виховному процесі ВНЗ другої половини ХХ століття можуть сприяти інтенсифікації освітнього процесу сучасних ВНЗ. Зокрема, доцільним є впровадження таких ділових ігор як «Конференція», «Обрання кандидата на посаду керівника», та ділових ігор, пов'язаних з професією педагога.

У подальшому планується більш детально проаналізувати особливості проведення ділових ігор окремо на гуманітарних та природничих факультетах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абрамова И. Г. Комплексная деловая игра «Мысль» / И. Г. Абрамова, М. В. Брагинский, Н. А. Даниличева и др. — М.: Высш. шк., 1991. — 64 с.
2. Аникеева Н. П. Анализ имитационных педагогических игр / Н. П. Аникеева // Игра в педагогическом процессе: межвуз. сб. научн. трудов. — Новосибирск: изд-во НГПИ, 1989. — С. 28–37.
3. Винникова Г. В. Деловая игра как способ обучения студентов разрешению межличностных конфликтов / Г. В. Винникова // Игра в педагогическом процессе: межвуз. сб. научн. трудов. — Новосибирск: изд-во НГПИ, 1989. — С. 37–43.
4. Дидактическая игра «Конференция» [упоряд. Дементий О. И.] — Х.: ХГУ, 1988. — 8 с.
5. Кац А. Б. Деловая игра «Подбор кандидата на должность руководителя производственного подразделения» (учебно-методические указания для студентов экономического факультета спец. 1701, 1734 по курсу «Основы управления народным хозяйством») / А. Б. Кац, В. Ф. Пуртов. — Х.: РИГ ХГУ. — 18 с.
6. Яновская М. Г. Эмоционально-ценностный аспект игры / М. Г. Яновская // Игра в педагогическом процессе: межвуз. сб. научн. трудов. — Новосибирск: изд-во НГПИ, 1989. — С. 110–117.

УДК: 614+37.04.07.00

ЭВОЛЮЦИОННОЕ ДВИЖЕНИЕ ВАЛЕОЛОГИИ КАК НАУКИ XXI ВЕКА

Татарникова Л. Г.

Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования
Санкт-Петербург, Россия

В статье рассматривается процесс развития новой валеологической парадигмы оразумления человечества, направленной на приращение экзистенциальных — валеологических — знаний: выявляются эволюционные пути развития валеологии в ее философско-акмическом качестве.

Ключевые слова: междисциплинарность, полипредметность, метатеория образования, метанаука, интегративный подход, акмеология, валеология, валеологизация, иррациональные формы мышления, homo valiens — человек здравотворящий себя.

У статті розглядається процес розвитку нової валеологічної парадигми **орозумлення** людства, спрямований на збільшення екзистенціальних — валеологічних — знань: виявляються еволюційні шляхи розвитку валеології в її філософсько-акмічній якості.

Ключові слова: міждисциплінарність, поліпредметність, метатеорія освіти, метанаука, інтегративний підхід, акмеологія, валеологія, валеологізація, ірраціональні форми мислення, homo valiens — людина здравотворяща себе.

The article considers the development of new valeological paradigms of mankind persuasion directed on an existential increment — valeological — knowledge is considered: evolutionary ways of valeology development in its philosophical and acmeological quality are revealed.

Keywords: interdiscipline, polysubject, a formation metatheory, a metascience, intergration approach, acmeology, valeology, valeologisation, irrational forms of thinking, homo valiens – the health-caring person.

*Ничто так не помогает истине, как сопротивление ей.
Челлинг*

Взрывы научного творчества, проявляющиеся через столетия, указывают на то, что повторяются периоды, когда в одном или немногих поколениях, в одной или многих странах появляются богато одаренные личности, те, умы которых создают силу, меняющую биосферу. Их порождение есть реальный факт, теснейшим образом связанный со структурой

человека, выраженный в аспекте природного явления. Такие личности в общей массе человечества — всегда редкие явления. Надо ждать иногда века, чтобы после ухода из жизни одних, вновь появились люди, способные уловить нить, оставленную ушедшими.

С древних времен существовал у человека некий идеал совершенной личности. Этот идеал, прежде всего, связывался со здоровьем, внешними его проявлениями. Вместе с этим едва ли «правомерно сводить представление о здоровье к естественнонаучной составляющей». Обратимся к «Энциклопедии биоэтики». Здоровье и болезнь — это не только медицинские термины; они являются также жизненными темами для искусства, философии, теологии, социологии, психологии. Эти дисциплины снова и снова напоминают медицине о ее существенно «антропологическом» характере, о том, что медицина имеет дело с природой и судьбами людей. «Здоровье» и «Болезнь» не могут быть поняты адекватно, если исходить из резкого противопоставления категории естественных и гуманитарных наук.

Вместе с тем, представление о здоровье человечества существовало намного раньше, чем возникли естественные науки и медицина в частности. Человек живет в мире и выстраивает его для себя так, как считает нужным. Он считает нужным быть в гармонии с Самим Собой, Разумом, Миром; его совершенно не заботит, насколько объективно точно могут быть выражены личные ощущения в терминах биолого-медицинских. Человек просто не может жить без своих представлений, своем суждении о своем здоровье и здоровье окружающих.

И все же — общество развивалось, человечество эволюционировало... Необходимость в науке, объясняющей суть «здоровья здорового человека» назрела.

«И если социальная среда, культура, просвещение, педагогика и обучение будут испрашивать и создавать выбор индивидуальных маршрутов, когда человек со своими врожденными и приобретенными способностями, психосоматическим фенотипом, конституцией сможет выбрать такой социальный маршрут, такую профессию, такое хобби, такое место жительства и так организовать свой семейный внутренний мир, чтобы он соответствовал его призванию, его глубинной аксиологии, тогда духовная часть, опережая соматическую, создаст для человека условия здоровья, активной продолжительности жизни и сохранения репродуктивного потенциала своего бессмертия и в детях, и в своем творчестве», — утверждал В. П. Казначеев.

И возникла валеология. Как социальный заказ современного состояния народонаселения она является уникальным феноменом. Утверждена ГК РФ по высшему образованию 12.09.1996г. Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования — специальность 040700 — Валеология.

У валеологии, безусловно, есть не только защитники, но и противники.

Однако ясно одно — валеологию ждали, ибо, прежде всего, речь идет о здоровье человека в процессе образования. Вероятно, именно поэтому к дискуссии о валеологии следует относиться по-разному, ибо различны и предметы обсуждения.

Размышляя о своевременности валеологии как науки, следует заметить, что любая специфическая сфера научных знаний определяется двумерным вектором (предмет, методология). Именно поэтому вопрос о целесообразности валеологии, как самостоятельной науки (метанауки) необходимо рассматривать в связи с наличием или отсутствием характерного «валеологического вектора», отличного от векторов других социальных наук. Речь идет именно о векторах, а не «координатах», ибо у наук могут быть, например, одинаковые предметы и разные методологии. Примеров таких различий достаточно. Например, медицина и валеология изучают почти один предмет, «почти» — в том смысле, что, с одной стороны, предметы этих наук носят одинаковое название — «здоровье», а с другой — явления, обозначенные термином «здоровье», не только существенно различаются, но и изучаются различными методами: специальными методами медицины и системными полипредметными методами — специальными методами наук об устойчиво развивающихся системах.

Вероятно, дискуссии вокруг валеологии подходят к завершению, ибо обсуждение ее научного потенциала осуществляется серьезными учеными, на страницах научных журналов, в монографиях, а не на страницах газет и в публикациях дилетантов.

В настоящее время прошло достаточно много научных встреч международного и регионального уровней, и никем из специалистов-валеологов не подвергалась сомнению самостоятельность этой науки.

Возникающие же сугубо валеологические вопросы снимаются в процессе научных дискуссий, как это и должно быть в науке, т.е. по фундаментальным научным исследованиям.

Заметим, что в многовековой истории науки много подобных тому, что пережила и еще, вероятно, переживает валеология. Так было с анатомией, астрономией, эволюционным учением, генетикой, кибернетикой, экологией, психологией, педагогикой и т.д. Теперь — валеологией, путь которой в научном поле слишком мал — менее 40 лет.

Современная наука доказывает, что проблема здоровья давно перешагнула границы здравоохранения. И понятие «здоровье» — междисциплинарное. Особое место в устойчивом развитии систем отводится здоровью подрастающего поколения. При этом общее образование — валеологическое — имеет неиспользованный потенциал важнейшего жизнеформирующего фактора.

Решение полипредметной проблемы «здоровье и оздоровление» возможно только на основе интегративного подхода к здоровью, которое соотносится с благополучием индивида и той природной среды, в которой он обитает, и социальной средой, которая развивает индивида как личность, и общего образования, как важнейшего фактора природосообразного обучения, воспитания и развития. Такой подход к здоровью обуславливает интегрированную методологию исследования. А совокупность предмета и методологии его изучения диктует необходимость выделить специальную предметную область знаний, которая и получила название — валеология.

Почему валеология? Вероятно, потому, что объектом ее служит не столько здоровье, как антоним болезни, сколько способность быть здоровым.

Сегодня термин «валеология» очень важен, потому, что он по своему внутреннему содержанию, по своей тематике отделяет возникшее новое направление от существующей медицины, задачей которой было и остается лечение. И далее: рождение валеологии как новой области знаний, а также соответствующего термина — явление не случайное и не сиюминутное.

Имея непродолжительную историю, валеология может гордиться своей предысторией, корни которой уходят во времена египетских фараонов, в библейскую историю и, наконец, в новое время — к исследованиям И. И. Мечникова, С. П. Боткина, П. К. Анохина, Г. Л. Апанасенко, А. А. Ухтомского, И. В. Давыдовского, Г. Д. Залесского.

И здесь слово не выбросишь, ибо феномен «Человек» рассматривается как фундаментальная социоприродная целостность, во-первых; во-вторых, это изучение самого процесса, поскольку уже существующий опыт показал, что феномен «валеологизация учебного процесса», в котором гармонично, в диалоговой форме развивается личность, затруднена, если не обеспечена гибкая, подвижная, пошаговая система, учитывающая противоречия и изменения, возникающие в целостном процессе.

Выявление динамических характеристик процесса валеологизации связано с движением валеологии, а также анализом профессиональных (рефлексивный уровень), мировоззренческих, когнитивных, методологических, технологических и управленческих задач, предполагающих готовность к работе в новых условиях — в рамках новой валеологической парадигмы.

Вместе с тем, если следовать глобальным изменениям, то необходимо учитывать и новые обстоятельства: биомедицина и порождаемые ею биомедицинские технологии — одна из самых бурно развивающихся областей науки и техники. Такая ориентация связана с тем, что в шкале ценностей «здоровье» занимает верхнюю планку пирамиды.

Однако оборотная сторона медали — бурное развитие и распространение этих технологий — в свою очередь, воздействует на мир ценностей, так что ценности здоровья становятся более приоритетными (операциональными) и теряют свою духовно-этическую сущность, что не входит в концепцию валеологии.

Речь не только о том, что новое «отбрасывает» классическое (устоявшееся), а о том, что здоровье все больше и больше поддается технологическому манипулированию. В отношении его (здоровья) человек приобретает свободу манипулировать своим и чужим здоровьем. Но и на этом процесс не останавливается, поскольку затем эта потенциальная возможность воздействия очень часто и быстро превращается в созависимость, в необходимость манипулировать этим объектом.

Так газета «International Herald Tribune» (4–5 мая 2002 года) отметила, что создание средств против старения становится огромным бизнесом. Она приводит мнение Дж. Рота, руководителя отдела молекулярной физики и генетики национального института старения США, что около 40 вновь созданных компаний пытаются манипулировать процессом старения.

Таким образом, отметим, что наше представление о здоровье все более нестабильно, наши знания, вернее их отсутствие, планируют попустительство как к своему здоровью, так и здоровью окружающих.

В результате?!

На первый план выступает почти всеобщее стремление прожить жизнь, получая максимум удовольствия при минимуме забот о себе и других. Что же делать ребенку? На этот вопрос отвечает валеология. А на вопрос: что делать учителю — педагогическая валеология.

Валеология как новая философия концепции жизни современного человека

На протяжении всей истории существования человека и человечества категория «здоровье» связана с проблемами мира, как процессом, направленным на преодоление неизбежных конфликтов, как между людьми, так и окружающим миром, средой. Этот процесс также нуждается в обеспечении, поддержке в контексте того, что каждый конфликт может разрешаться с помощью мер, применение которых не будет способствовать появлению трудно разрешаемых конфликтов. Понимание дефиниции «здоровье» как категории психолого-педагогической и философской, определяет особое значение этого понятия и в теоретическом, и сугубо практических планах. По иному звучит сегодня вопрос: во имя чего осуществляется человеческая деятельность и является ли она в данной культуре неизменной, незыблемой основой выбора целей и средств деятельности.

Ко всем этим открытиям наука пришла через многообразие иррациональных форм мышления, картезианско-ньютонскую модель мира, «квантовый прыжок», а в последние годы и лептонный. Мысль о человеке как микрокосме, вместившем в себя все природные космические энергии и стихии, проходит через всю мировую культуру (Восточную и Западную). Но если исходить из того, что жизнь всегда есть творчество, а творческая активность — фундаментальная витальная потребность любых живых существ, то появляется еще одна проблема — проблема биоэтики — в новом ее качестве: взаимодействие — человек и жизнь, качество жизни.

В связи с вышеизложенным, следует вспомнить, что получило развитие уникальное космическое ноосферное направление научной философской мысли — «Русский Ренессанс» (В. Вернадский, А. Чижевский, В. Соловьев, П. Флоренский, Н. Бердяев и др.). Это плеяда открывателей Homo sapiens valiens, человека здравотворящего собственную жизнь. Они внесли весомый вклад в формирование представлений о космической жизни и «вселенской судьбе человечества, каждого человека», вклад, который долгое время был не востребован в системе, формирующей нового человека — системе образования. Они рассматривали само явление жизни на Земле, как продукт деятельности всего Космоса, отмечая взаимосвязь биологических и психических сторон жизни, реакцию каждой живой клетки на космическую информацию.

Сегодня интерес к философским идеям космистов связан с тем, что резко возросло требование к профессионализму в решении экзистенциальных проблем человека, которые требуют глубинной интеграции, философского осмысления сущности человека, предназначения его к земной ипостаси, развития экзистенциальных идей, объединяющих русских философов прошлого и настоящего. Более подробно развитие философских основ новой валеологической парадигмы рассматривается в фундаментальных трудах автора. В частности, в монографиях «Педагогическая валеология. Генезис. Тенденции развития», СПб.: РЕТРОС, 1993, 1995, 1997 гг.; «Эколого-валеологические основы авторской педагогической системы народного учителя Ф. Ф. Слипченко». — Волгоград: Лицей, 2005 и др. (15 монографий, более 200 научных статей).

Особое место в системе ноосферного движения валеологии занимает акмеология, как наука, изучающая феноменологию, закономерности и механизмы осуществления потенциала человека как вида, индивида, личности, субъекта деятельности (в том числе совокупности группового), индивидуальности при достижении ими наиболее высокого уровня, вершины своего развития (акме).

Движение человека к «акме» может начинаться с самого раннего возраста. Достичь вершин зрелости и гармонии отдельные люди могут уже в юношеском состоянии (или подростковом). Однако наибольшую актуальность в современной школе имеет акмеологическая валеология (учащихся) и педагогическая акмеовалеология (учительства). Понятие А. введено Н. Рыбниковым (1928г.), использовано Б. Ананьевым для классификации наук о развитии человека. Как самостоятельная наука А. оформилась и признана официально ВАКом РФ в начале 90-х годов XX века.

В настоящее время акмический потенциал валеологии не реализуется в полной мере (потенциал каждого человека в его совершенстве, полноте, несомненности качественных характеристик); образовательной среды, человека, творческой группы. Создание человека как позитивной жизненной направленности и воли созидания в виде двух составляющих: внутренней (созидание образовательной среды посредством совершенствования всех) и внешней (созидания всех участников как условие совершенствования образования).

Такая постановка проблемы связана с углублением понимания созидания и творчества. Человеческое качество рассматривается как определенность человека по его сущности и как одна из областей определения совершенства. Выражение определенности (согласованности и непротиворечивости) человека и в нем самом, и в среде его основной деятельности. Состав и структура Человеческого качества определяется созидательностью и осуществимостью, осознанием нравственно оправданной формы бытия человека.

Резюме. Расширение проблемного поля новой философской парадигмы — валеологической, — перевод ее в ноосферное качество, открывает перспективы для дальнейшего углубления мировоззренческих концепций постижения метанаучных граней человековедения, приближения к истинному знанию диалектики законов эволюции человека и его со-знания.

Становление же предмета объектной сферы валеологии должно следовать в русле общей методологии современных исследований Homo Sapiens, развитого человека ноосферного разума, владеющего знаниями — умениями в самоорганизации, саморазвитии и самооздоровлении.

Все вышесказанное позволяет утверждать, что как область экзистенциального знания, валеология становится новой философско-этической парадигмой воспитания человека и является средством (метатеория, металогика, метатехнологии и т.д.) очеловечивания человеческого в человеке, открытия в нем (человеке) истинной красоты и природной гармонии.

И особенно этот процесс важен в период, когда история человечества коренным образом меняется, и Человек впервые в истории Земли охватил всю Биосферу, а Человечество своей жизнью стало единым целым. Именно поэтому решение насущных проблем все больше связано с пониманием сущности феномена человека и его интеллекта на

Планете Земля, своевременным предугадыванием его дальнейшей эволюции (В. И. Казначеев, 1995г.)

Все вышесказанное позволяет сформировать этико-философский тезис: глобальная гармония начинает все больше определяться гармонией в «Мире человека», в его духовно-информационном, культурном, социальном и экономическом пространстве. И здесь сама культура, как этико-философская дидактическая единица, корреспондируется с «глобальной гармонией мира» (А. Субетто, 1996г.) – валеологической по сути, в своем философском качестве она выступает гармонизатором пространства и человека в нем.

ЛИТЕРАТУРА

1. Брехман И. И. Валеология — наука о здоровье. — Изд. 1 серия: Наука Здоровья. / И. И. Брехман. — М.: «Физкультура и спорт», 1987. с 207
2. Вернадский В. И. О науке. Том I. Научное знание. Научное творчество. Научная модель. / В. И. Вернадский. — Дубна: Изд. Центр «Феникс», 1997. — 576с., с.143
3. Казначеев В.П. Здоровье нации. Просвещение. Образование. / В. П. Казначеев. — Москва – Кострома, 1996. , с. 79–80.
4. Тюмасева З. Б., Кваша Б. Е. Метатеория образования. Моногр. / З. Б. Тюмасева, Б. Е Кваша. — СПб.: Минпи, 2004. с.232.

ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я

УДК

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ — ГОЛОВНА ПЕРЕДУМОВА ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ

Бережна Т. І.

Інститут інноваційних технологій і змісту освіти
Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України
Київ, Україна

В статті дається аналіз здоров'язбережувального середовища для розвитку дітей і молоді в загальноосвітньому навчальному закладі. Крім того, розглядається комплекс заходів у навчальному закладі, які необхідні для створення комфортних умов для самореалізації і розвитку учасників навчально-виховного процесу.

Ключові слова: здоров'язбережувальне середовище; здоров'язбереження; виховний простір; особистість.

В статье дается анализ здоровой среды для развития детей и молодежи в общеобразовательном учебном заведении. А также рассматривается соответствующий комплекс возможностей развития, который должна обеспечить качественная образовательная среда всем субъектам образовательного процесса.

Ключевые слова:

The article analyzes a healthy environment for children and young people in secondary schools. And also consider the appropriate mix of development opportunities, which should provide a quality educational environment to all actors of the educational process.

Конституція України визнає життя і здоров'я людини найвищими соціальними цінностями. Держава несе відповідальність перед людиною за свою діяльність і зобов'язана ефективно вирішувати завдання виховання здорового покоління, від чого значною мірою залежить соціально-економічний розвиток суспільства і країни в цілому.

У статті 5 «Закону України «Про загальну середню освіту» поставлено завдання «виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного, психічного здоров'я учнів (вихованців). Разом з тим у 22-й статті «Охорона та зміцнення здоров'я учнів (вихованців) вказано, що «загальноосвітній навчальний заклад забезпечує безпечні та нешкідливі умови навчання, режим роботи, умови для фізичного розвитку та зміцнення здоров'я, формує гігієнічні навички та засади здорового способу життя» та «охороняє життя» (ст. 38) учнів (вихованців).

Одним із головних завдань загальноосвітнього навчального закладу є створення здоров'язбережувального середовища для розвитку здорової особистості.

Крім того, здоров'язбережувальне середовище є головною передумовою здоров'я підлітків та передбачає раціональне навантаження на дитину; вміле поєднання її рухової

активності з розумовою діяльністю; організацію збалансованого харчування.

Більшість науковців та зокрема, В. С. Болгаріна вважає, що саме важливим структурним компонентом педагогічної системи є середовище, в якому здійснюється навчально-виховний процес.[1, 77].

А саме поняття середовище розуміється як сукупність елементів, які у співвідношенні між собою складають «простір і умови життя людини». [2, 14].

Заслуговує на увагу позиція В. Ясвіна, який пропонує освітнє середовище розглядати як систему впливів і умов формування особистості за певним зразком, а також можливостей для її розвитку, що є в соціальному і просторово-предметному оточенні. Поняття середовище розуміється як сукупність елементів, які у співвідношенні між собою складають «простір і умови життя людини» [2, 14].

Отже, поняття «середовище» включає оточуючі дитину соціально-побутові умови і ту сукупність людей, які пов'язані спільністю цих умов. Таким чином, правомірно стверджувати, що соціальне середовище для дитини — це не тільки її довкілля, але й характер виховання, інтереси, установки оточуючих людей, які у своїй сукупності створюють своєрідний мікроклімат сім'ї.

Крім, того, в багатьох джерелах ми зустрічаємо різні поняття: «освітнє середовище», «освітній простір», «виховний простір».

Основні орієнтири виховання учнів 1–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів, які затверджені наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 31.10.2011 №1243 трактують: «виховний простір — це не тільки середовище, а й духовний простір учня і педагога, це простір культури, що впливає на розвиток особистості». Це простір соціальних, культурних, життєвих виборів особистості, котра самореалізується у різних виховних середовищах (академічне середовище, клубне, середовище творчих майстерень тощо).

У сучасних дослідженнях освітнє середовище розглядається як категорія, що характеризує розвиток дитини. Воно визначає її цільове й функціональне призначення в контексті предметності культури суспільства (В.І. Слободчиков) [6, 5–13].

М. Раудсепп відзначає наявність в освітньому середовищі не тільки ресурсів, але й перешкод для суб'єктів навчально-виховного процесу. Середовище розуміється ним як «сукупність психологічних, соціальних і фізичних можливостей і бар'єрів по відношенню до діяльності суб'єкта, системи об'єктів і явищ, що знаходять особистісне значення для нього» [7, 67–69].

Середовище навчального закладу — це сукупність умов і впливів, у тому числі й людських, які оточують учня, це простір і умова повноцінного життя всього шкільного колективу.

Для дитини шкільне середовище це насамперед той світ, який існує у спілкуванні, комунікації, у різних взаємозв'язках дітей і дорослих. Про цей аспект шкільного середовища говорив О. А. Захаренко: «...У школі учню має бути так, як в батьківській хаті. До школи він має бігти, а не йти, знаючи, що в школі він пізнає, відкриває свою сутність в цьому мінливому світі. В школі його не образять, на нього не гримнуть, а порадять, підтримають, дадуть можливість розкрити себе, свою творчу обдарованість». [5, 17].

Аналізуючи вищезазначене можна зробити висновок про те, що оскільки освіта спрямовується на збереження і зміцнення інтелектуального, духовного та економічного потенціалу суспільства то першочерговими завданнями загальноосвітнього навчального закладу є створення умов для розвитку особистості тобто здоров'язбережувального середовища для творчої самореалізації кожного учня.

Проаналізувавши психолого-педагогічну літературу на нашу думку, здоров'язбережувальне середовище — це середовище, яке забезпечує цілісний процес фізичного, психічного, духовного розвитку особистості.

Результати багатьох досліджень дозволяють стверджувати, що традиційна система освіти мірою орієнтована на здобуття знань та інформації, але в недостатній мірі — на

створення здоров'язбережувального середовища. Підліткам потрібні не лише знання, а й комфортні умови для навчання і виховання. Це ставить перед педагогічним колективом загальноосвітньої школи завдання створити умови для навчання і виховання учнів, які б сприяли формуванню гармонійно розвиненої, фізично досконалої особистості.

Необхідність створення здоров'язбережувального середовища потребує пошуку нових, інтерактивних форм, методів роботи в системі освіти.

Тому впровадження у практику роботи загальноосвітнього навчального закладу здоров'язбережувальних технологій є важливою складовою здоров'язбережувального середовища, яке забезпечує рівновагу між адаптивними можливостями організму дитини й середовищем, яке постійно змінюється.

О. Сироватко зазначає, що навчальний заклад із здоров'язбережувальним середовищем — це педагогічна система, у якій повинні бути:

- методики забезпечення психолого-медико-соціального супроводу учнів на кожному віковому етапі;
- постійна діагностика стану здоров'я, установка на формування здорового способу життя учнів;
- ефективна корекційна й реабілітаційна робота за медичними показниками дітей «групи ризику»;
- методики включення учнів у здоров'язбережувальну діяльність;
- розроблені засоби формування особистих програм здоров'я;
- сформовані вміння саморегуляції емоційних станів учня, самоконтролю в стресових ситуаціях.

Основою формування здоров'язбережувального середовища навчального закладу є комплексна стратегія зміцнення здоров'я учнів, розробка системи заходів щодо збереження здоров'я дітей, вироблення системи знань і навичок, що допоможуть дитині зберегти власне здоров'я.

Здоров'язбережувальні педагогічні технології займають особливе місце у зміцненні здоров'я підлітків. До них належать усі педагогічні технології, які не шкодять здоров'ю, а сприяють збереженню здоров'я та виховують культуру здоров'я. Тільки в тісному взаємозв'язку з учнями, батьками, медичними працівниками, практичними психологами, соціальними педагогами вчителі спроможні створити здоров'язбережувальне середовище.

Основним елементом у створенні здоров'язбережувального середовища є проведення моніторингу здоров'я дітей: діагностика фізичного здоров'я; психічного здоров'я; духовного здоров'я.

Одним із завдань створення здоров'язбережувального середовища є така організація режиму праці й відпочинку учнів, створення умов для навчання й виховання, які забезпечили б високу працездатність учнів під час уроків та занять, дозволили б уникнути перевтоми у процесі навчально-виховного процесу.

О. Підгірна описує поняття «здоров'язбережувальний простір» як багаторівневу освітню систему і соціально організоване виховне середовище, в якому пріоритетами виступають: здоровий спосіб життя, культура здоров'я, прогнозування здоров'язбережувальної діяльності [4].

Здоров'язбережувальний простір забезпечує усвідомлення учнями цінності здорового способу життя, збереження і зміцнення здоров'я, формування у них навичок культури здоров'я.

Ми поділяємо позицію Г. Селевка в організації здоров'язбережувального простору, який враховує концептуальні положення щодо формування здорового способу життя дитини, а саме: пріоритет здоров'я над іншими цінностями; здоров'я — найважливіша життєва цінність; валеологічний підхід; принцип здорового способу життя, дотримання режиму; педагогізація довілля; принцип профілактики здоров'я дітей; принцип природовідповідності; різноманітність форм і методів валеологічного виховання; відмова від негативних впливів на здоров'я; принцип збережувальної та тренувальної технологій. [3].

Можна зробити висновок, що загальноосвітній навчальний заклад у якому створено здоров'язбережувальне середовище забезпечить умови для розвитку, самовдосконалення і самовизначення особистості на основі партнерства вчителів, учнів батьків та громадськості, надасть можливість кожному підлітку здобути якісну освіту на всіх рівнях навчання; підготувати їх до життя в умовах сучасного суспільства.

ЛІТЕРАТУРА

1. Болгаріна В. С. Розвиток культурного середовища загальноосвітнього навчального закладу. // Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. 11–13 жовтня 2006р., Черкаси – Сахнівка. К.: СПД Богданова А.М., 2007. — С–77.
2. Ясвин В. А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. / В. А. Ясвин — М.: Смысл, 2001. — с. 14.
3. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии : учеб. пособие / Г. К. Селевко. — М.: Народное образование, 1998. — 255 с.
4. Подгорная О. Е. Проектирование здоровьесберегающего пространства общеобразовательной школы средствами личностно-ориентированного образования : дис... канд. пед. наук / О. Е. Подгорная. — Тирасполь, 2005. — 211 с.
5. Захаренко О. А. Слово до нащадків. / О А Захаренко — К.; СПД Богданова А. М., 2006. – 215с.
6. Слободчиков В. И. Образовательная среда: реализация целей в пространстве культуры/ В. И. Слободчиков// университетский вестник. — Спб, 2002.— С.5–13. – (Вып.1).
7. Раудсепп М. Субъект и поддерживающая среда // Средовые условия развития / Под. ред.. Т. Нийта. — Таллинн, 1989. – С. 67–69.
8. Менг Т. В. Образовательная среда: подходы к раскрытию понятия / Т. В. Менг, Н. А. Лабунская // Образовательная среда школы: проблемы и перспективы развития. — СПб., 2001. — С. 19–21.
9. Шендрик И. Г. Образовательное пространство субъекта и его проектирование. — М.: АПКИПРО, 2003. — с.6.

УДК

ЗДОРОВ'Я СТАРШОКЛАСНИКІВ ЯК СУЧАСНА ВАЛЕОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Іванова В. В.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

В статті розглядається питання, пов'язане з сучасним рівнем здоров'я старшокласників. Наведені статистичні дані показників стану здоров'я молодого покоління та їхні регіональні особливості. Показано роль і значення неперервної валеологічної освіти у зміцненні здоров'я дітей. Встановлено, що першим, найбільш гідним кроком в напрямку його покращення є отримання учнями валеологічних знань в 10–11 класах на факультативних заняттях. Окреслена проблема вимагає необхідності об'єднання батьків, вчителів, валеологів та лікарів і, в першу чергу, держави для підвищення рівня здоров'я майбутнього країни.

Ключові слова: здоров'я, основи здоров'я, валеологія, захворювання учнів, старшокласники, факультатив.

В статье рассматривается вопрос, связанный с современным уровнем здоровья старшеклассников. Приведенные статистические данные показателей состояния здоровья молодого поколения и их региональные особенности. Показана роль и значение непрерывного валеологического образования в укреплении здоровья детей. Установлено, что первым, самым достойным шагом в направлении его улучшения является получение учащимися валеологических знаний в 10–11 классах на факультативных занятиях. Обозначенная проблема требует необходимости объединения родителей, учителей, валеологов и врачей и, в первую очередь, государства для повышения уровня здоровья будущего страны.

Ключевые слова: здоровье, основы здоровья, валеология, заболевания учеников, старшеклассники, факультатив.

The article considers the issue of the current level of health of seniors. These statistics are indicators of the health

of young people and their regional characteristics. The role and importance of continuing education valeological to strengthen children's health. It is established that the first, the most worthy step toward improving it is to get pupils valeology knowledge in grades 10–11 in the elective classes. Designated the problem requires the need to unite parents, teachers, doctors and valeologists and, above all, of the state to improve the health of the country's future.

Key words: health, basic health, valeology, disease pupils, highest pupils, elective.

Постановка та актуальність проблеми. Актуальність питань стану здоров'я старшокласників в останній час набуває все більш вагомого значення. Зростання рівня хронічних захворювань, катастрофічне зниження фізичних навантажень і рухової активності дітей, нераціональне харчування, шкідливі звички, поширені серед молодого покоління, погіршення психологічного стану, ріст рівня напруги та тривожності, стресові ситуації та невміння продуктивно з ними боротися та виходити з них складає фундамент проблем зі здоров'ям старших учнів.

Статистичні дані свідчать, що ця проблема набула стійкої тенденції.

Вже в 2009 р. захворюваність серед підлітків України становила 11251,4 на 10 тис. відповідного населення і була найвищою у Вінницькій (14286,3), Івано-Франківській(14035,2) областях, м. Києві (13525,8), Харківській (13471,8) та Черкаській (13172,3) областях. Порівняно з2005 р. (9113,8 на 10 тис. відповідного населення), захворюваність серед підлітків України зросла на19,0%і продовжує зростати [7].

Підлітки переважно мають захворювання органів дихання, шкіри та підшкірної клітковини, травми та отруєння, хвороби сечостатевої системи, кістково-м'язової системи та сполучної тканини, органів травлення, ока та його придаткового апарату [7].

Останніми роками в Україні неухильно погіршується ситуація з активного туберкульозу, у тому числі і серед підлітків. Особливо ризикують захворіти на туберкульоз ті, хто виснажує свій організм, зокрема незбалансованим харчуванням або недоїданням, перевтомою, алкоголем, нікотинном, наркотиками, хто не дотримується здорового способу життя.

Серед інших інфекційних хвороб обґрунтовану тривогу викликають гострі кишкові захворювання, лептоспіроз, сальмонельози, дифтерія[7].

Відповідно, все більш важливішими стають превентивні дії щодо покращення здоров'я майбутнього нашої країни та пошуку ефективних методів його збереженні та зміцнення [1, 2].

Сьогодні школярі вивчають предмет «Основи здоров'я» з 1 до 9 класу, потім предмет обривається, і в 10–11 класах не викладається.

Учні в 10–11 класах майже зовсім не отримують тих валеологічних знань, якими вони повинні володіти в цьому віці, і як результат, звертаються до інших інформаційних джерел, не завжди правдивих, які можуть надати допомогу. І як результат, про здоров'я старших учнів повинні дбати не тільки вони, їхні батьки, а й навчальних процес у школі.

Ці питання висвітлені в працях таких українських науковців як: Апанасенко Г. Л., Гончаренко М. С., Шахненко В. І., Кабацька О. В. та ін.

Мета статті — аналіз досліджень та публікацій з проблем рівня здоров'я старшокласників в Україні, валеологізації навчального процесу та можливими варіантами його покращення.

Результати аналізу. В школі учні проводять досить довгий проміжок часу, за який рівень їхнього здоров'я погіршується. В результаті шкільного навантаження зменшується фізична активність, нерідко порушується режим харчування, сну, перебування на відкритому повітрі, що призводить до перевтоми центральної нервової системи, зменшення фізичного здоров'я та розумової працездатності. Наростають такі відхилення в стані здоров'я, як хвороби верхніх дихальних шляхів, органів травлення, нервової системи, ендокринної системи, порушення зору та постави, тільки 19,9% школярів, які закінчують школу можна віднести до першої групи здоров'я, 40,5% мали хронічні захворювання. З віком дітей збільшується частина дітей з низькими та нижче середнього можливостями, що характеризує

їх ослаблене здоров'я. якщо більш-менш здорові діти мають, в основному, середній рівень фізичного здоров'я, то діти з відхиленнями в стані здоров'я мають низький рівень здоров'я [11].

В нинішніх умовах, в яких знаходиться сучасний старшокласник, все більш вагомим значення набуває функція освіти щодо збереження та зміцнення здоров'я учнівської молоді, щодо необхідності дотримання здорового способу життя. Учні позитивно ставляться до здоров'я та здорового способу життя, ставлять здоров'я на перші місця в ієрархії життєвих цінностей та пріоритетів, однак, не приймають належних заходів до його збереження та примноження. Тому тут не останню роль відіграє мотивація та формування стійких переконань у відношенні свого здоров'я ще у ранньому віці та їхнього постійного супроводу на протязі всього періоду навчання за принципами наступності, неперервності та послідовності валеологічної освіти.

Ці принципи полягають в безперервному отриманні знань про здоров'я та здоровий спосіб життя. Але, на жаль, в нашій системі навчання він відтворений не на високому рівні. Основними ланками неперервної валеологічної освіти в Україні є: дошкільна, шкільна, додипломна та післядипломна.

В 1–4 класах вивчаючи предмет «Основи здоров'я», здійснюється оволодіння учнями елементарними основами валеологічного саморозвитку і формування початкових навичок та вмінь валеологічного характеру.

В 5–9 класах на уроках основ здоров'я відбувається спрямування учнів на реалізацію завдань валеологічної самоідентифікації, самовдосконалення і самореалізації, самопізнання, пов'язаного з оволодінням сучасними теоретичними і прикладними основами валеологічного саморозвитку; пізнання теоретичних засад основ здоров'я органічно пов'язане із розв'язанням індивідуальних потреб збереження і зміцнення здоров'я.

За відсутності валеологічної освіти у 10–11 класах вона реалізується лише в умовах міжпредметних зв'язків та при вивченні факультативних курсів [5].

Вивчення основ здоров'я лише в 1–9 класах є недостатнім. Слід продовжувати вивчати даний предмет і в 10–11 класах, щоб учні отримували необхідні у цьому віці знання стосовно здорового способу життя від спеціаліста, а не будь-де.

Цей період має бути скерований на валеологічне самовизначення, формування відповідно до запитів сучасності валеологічної свідомості і запровадження в сфері практичної життєдіяльності випускника школи системи валеологічно доцільної поведінки. Ці 2 роки є дуже важливими для формування валеологічного світогляду, толерантності до людей з особливими потребами, статевої культури, культури раціонального харчування, знань щодо формування майбутньої сім'ї та ін.

За постановою кабінету міністрів України від 23 листопада 2011 року, новий Державний стандарт впроваджується в частині повної загальної середньої освіти з 1 вересня 2018 року, в якому вже є навчальна програма з основ здоров'я для 10–11 класів [9].

Враховуючи той факт, що стандарт розпочне діяти тільки в 2018 році, то в цей проміжок часу слід хоча б обов'язково ввести факультативні заняття з цього предмету в школах, бо про здоров'я школярів треба дбати завжди.

Висновки

За політикою ВООЗ, медико-профілактичне забезпечення населення і, в першу, чергу, дитячого, має проводитися у двох напрямках — профілактика захворювань та сприяння здоров'ю.

Профілактика захворювань — охоплює заходи, спрямовані не тільки на попередження хвороб і зменшення чинників ризику, а також і на зупинку розвитку хвороби і зменшення наслідків у разі захворювання.

Сприяння здоров'ю — це процес, який дозволяє підвищити контроль за формуванням здоров'ям і детермінантами, що його визначають, і, відповідно, підвищити рівень здоров'я.

На 20-й конференції, присвяченій зміцненню здоров'я (2010 рік), директор Європейського регіонального бюро ВООЗ пані Ж. Якоб підкреслила, що «Сприяння

зміцненню здоров'я — один з найефективніших шляхів підвищення здоров'я майбутніх поколінь, яке залежить від застосування принципів зміцнення здоров'я сьогодні» [11].

Отже, профілактика повинна бути спрямована як на попередження захворювань, так і на зниження можливості їхнього розвитку взагалі. Найкращим варіантом є відповідне навчання, через яке учні покращать свій рівень знань про шляхи формування власного здоров'я.

Вирішення проблем здоров'я учнів потребує тісного контакту, взаємозв'язку батьків, педагогічного колективу школи, валеологів, медичних працівників та самих школярів і повинно бути організованим та трьох рівнях: державному, груповому та індивідуальному.

Слід збільшити увагу до покращення здоров'я дітей не тільки батькам, а й школам і лікарням та обов'язково ввести в школах, незалежно від їхнього напрямку, факультативні валеологічні заняття.

ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А. Медицинская валеология. — К.: Здоров'я, 1998. — 242с.
2. Булич Е. Г., Муравов І. В. Валеология. Теоретичні основи валеології. — К. — 1997. — 224с.
3. Гончаренко М. С., Карпенко І. В., Михайличенко Н. В., Новикова В. Е. Гуманистические стратегии современного педагогического процесса. Валеологический аспект // Валеология: сучасність і майбутнє. — Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. — 2008. — № 818. — С. 5-11.
4. Закон України про загальну середню освіту // Бюлетень законодавства і юридичної практики України. — К.: Юрінком Інтер, 1999. — №9. — С. 31-55.
5. Концепція неперервної валеологічної освіти в Україні (Проект) / В.П. Горашук, Т.С. Бойченко, Н.В. Вадзюк та ін.; М-во освіти України; М-во охорони здоров'я України. — К.: Освіта, 1994. — 36 с.
6. Кабацька О. В., Пугач Б. Я. Формування спеціальних знань і рухових навичок підлітків у процесі навчання основам здорового способу життя // Валеология: сучасність і майбутнє. — Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. — 2008. — № 818. — С. 79-88.
7. Медведовська Н. В. Сучасний стан здоров'я підлітків України // Современная педиатрия. — 2010. — № 6(34). — С. 15–17.
8. Офіційний сайт Верховна Рада України. — Режим доступу до сайту: <http://www.moz.gov.ua>
9. Офіційний сайт Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України. — Режим доступу до сайту: <http://mon.gov.ua>
10. Шахненко В. І. Здоров'я людини. Підготовка старшокласників до ведення здорового способу життя, створення сім'ї і виховання дітей на його засадах // Валеология: сучасність і майбутнє. — Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. — 2010. — № 923. — С. 125–136.
11. Якість життя як критерій оцінки здоров'я дітей і підлітків: Матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю. — Харків, 2011. — 245 с.

УДК: 378.937+378.126+174

ПЕДАГОГІКА ІМІДЖУ АБО ПЕДАГОГІЧНА ІМІДЖОЛОГІЯ

Ковальова І. О.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

У статті розкриваються перспективи побудови загальної соціально-педагогічної теорії іміджу; аналізується сучасний стан теорії створення позитивного іміджу педагога; пропонується авторське уявлення щодо ідеї створення іміджу сучасного педагога.

Ключові слова: імідж, педагогіка, формування.

В статье раскрываются перспективы построения общей социально-педагогической теории имиджа; анализируется современное научное положение теории создания позитивного имиджа педагога; предлагается авторское представление идеи создания имиджа современного педагога.

Ключевые слова: имидж, педагогика, формирование

The prospects of construction of general socially-pedagogical theory of image open up in the article; modern scientific position of theory of creation of positive image of teacher is analyzed; author presentation of idea of creation of image of modern teacher is offered.

Key words: image, pedagogics, formation

Поняття «імідж» походить від латинського *imago* (*imitari* — «імітувати»). У тлумачному словнику Вебстера імідж пояснюється як штучна імітація та подання зовнішньої форми будь-якого об'єкта, особи. В англійській мові «*image*» трактується як «образ».

У тлумачних словниках української мови слово «образ» визначається як обличчя, вид, подоба, наглядне уявлення про кого- або що-небудь», «узагальнене художнє відображення дійсності, яке набуває форми конкретного, індивідуального явища» [6.560; 2. 648].

Узагальнюючи ці характеристики, можна сказати, що образ розуміється у звичайному смислі як результат психічного відображення (уявлення) того чи іншого об'єктивного явища; у процесі цього відображення можливі перетворення вихідної інформації, і відповідно образ не обов'язково являє собою точну копію відображуваного; процес створення образу може бути активним і цілеспрямованим (наприклад, у мистецтві); цей процес може включати процедури аналізу (що дозволяє відбити типове в об'єкті) й синтезу (завдяки чому образ має характеристики індивідуального явища).

Усі ці характеристики застосовні щодо іміджу. Однак слово «імідж» не є точним синонімом слова «образ». Правильніше визначити імідж як різновид образу, а саме такий образ, прообразом якого є не будь-яке явище, а суб'єкт. Таким суб'єктом можуть бути перш за все людина, потім організація, колектив і група.

Розробкою фундаментальних засад створення, проявів, трансформації, реалізації, оновлення іміджу займається наука — іміджологія. «Як синтез багатьох дисциплін (педагогіки, психології, соціології, філософії, культурології та ін.) — це наука про становлення і формування певних механізмів, методів, засобів, технологічних процедур і форм впливу на людей з метою усвідомлення ними необхідності самовдосконалення, вироблення бажаних рис і характеру поведінки у суспільстві, державі, установі. Специфіка іміджології полягає саме у її інтегративному характері, в орієнтації на буття та діяльність людини та суспільства як цілісних феноменів» [4, с.4]

Педагогічна іміджологія — науково прикладна дисципліна, яка вивчає закономірності формування, функціонування й керування іміджем педагога.

Сьогодні створення та наявність позитивного іміджу викладача ВНЗ — необхідна складова професіограми фахівця нової формації, тому тема формування позитивного іміджу є актуальною і професійно значущою.

На думку Ш. Летурно: «Якщо ти знаєш засіб зміцнити тіло, загартувати волю, ушляхетнити серце, витончити розум та урівноважити здоровий глузд — значить, ти вихователь». Роздуми про образ педагога актуальними були завжди. Ці питання завжди хвилювали і передових діячів освітнього руху в Україні, таких як: Г. Ващенко, Л. Глібов, П. Грабовський, Б. Грінченко, М. Гушевський, М. Драгоманов, О. Кониський, П. Куліш, О. Лазаревський, І. Огієнко, С. Русова, С. Сірополк, О. Тищенський, М. Тулов, І. Франко, К. Шейковський, І. Ющишина, Я. Чепіга та інші. Вони відзначали суспільну значущість професії вчителя, вели розмову про професійність педагога-вихователя та його підготовку.

Багато відповідей щодо образу можна знайти у творах Г. Сковороди, К. Ушинського, Л. Толстого, П. Каптерева, К. Вентцеля, С. Шацького, О. Соколянського, Я. Рябка, А. Макаренка, В. Сухомлинського та інших.

Імідж починається з цікавих ідей. З такими ідеями нас знайомлять у своїх наукових працях: М. Андрос, С. Белкін, Беляєв М., С. Болсун, О. Громова, Н. Гузій, В. Джелалі, І. Єрмаков, І. Зязюн, Т. Іванова, Н. Клокар, В. Маценко, М. Кононенко, О. Корніяка, Н. Кудинська, Н. Лобова, Л. Матяшова, Л. Нечепоренко, О. Огієвська, Г. Сагач, І. Сингаївська, Л. Сохань, М. Станкін, І. Суручану та інші.

Етимологічний аналіз, соціологічне, психолого-педагогічне репрезентування поняття та методика формування позитивного іміджу викладача сучасного ВНЗ, креативне використання іміджології — все це стало головними номінаціями цієї статті.

На сьогодні в спеціальній літературі можна знайти велику кількість визначень іміджу, тому що проблемою іміджу займаються чимало фахівців з різних наук: і психологи, і соціологи, і педагоги та інші.

Психологію іміджу можна визначити як розділ психологічної науки, наукову теорію, предметом якої є імідж як соціально-психологічний феномен, а також закономірності його виникнення й функціонування.

Існують такі напрямки досліджень іміджу, як вивчення образу, теорія діяльності, дослідження спілкування та соціального пізнання. Вивчення образу в психологічній науці має давню традицію, у розвиток якої зробили внесок такі вчені, як І. Сеченов, Б. Ананьєв, П. Макаров, М. Ланге, С. Василевський, Г. Беляєва, П. Анохін, О. Запорожець, О. Лібін, І. Кон.

Не менш давню історію має й розробка теорії діяльності, згідно з якою свідомість людини формується, розвивається і виявляється у діяльності, яка завжди має соціальну природу. У рамках цього підходу в теоретичних та експериментальних дослідженнях Б. Ананьєва, Л. Виготського, А. Леонтьєва, О. Лурії, В. М'ясищева, С. Рубінштейна та ін. саме через аналіз діяльності обґрунтовувалася соціальна зумовленість психіки людини, зв'язок індивіда з соціумом.

У рамках діяльнісного підходу вивчалися і явища спілкування. Спілкування розглядалось як один з видів діяльності, а саме комунікативна діяльність, в основі якої лежить відношення між суб'єктом (комунікатором) і об'єктом (реципієнтом).

Розуміння важливої ролі спілкування визнавалося багатьма вченими. Так, А. Леонтьєв, розглядаючи онтогенетичний розвиток психіки, відзначав, що «спілкування — у своїй початковій формі, у формі спільної діяльності або у формі спілкування мовленнєвого чи навіть лише мисленого, становить необхідну й специфічну умову людини в суспільстві» [3, 431], і показував, що «процес засвоєння дитиною специфічно людських дій відбувається у спілкуванні» [3, 381].

Імідж є прямий результат буття соціуму в людині, що фіксується в соціальній орієнтації всього духовного життя суспільства. Прагнучи використовувати можливості групи для досягнення своєї мети, тобто, добровільно, хоча й неусвідомлено, створюючи систему соціальної влади, ми використовуємо самих себе, трансформуючи, орієнтуючи свою поведінку на групові цінності духовного життя. Прагнення так поводити себе, щоб можливості групи, всього духовного життя суспільства, що обіцяють особистий успіх, замкнулися б саме на тобі, — такі мотиви, які провокують виникнення іміджу як певної

«соціальної маски» людини, мають величезний стаж. Він обчислюється в мінімум 40–70 тис. років існування державності; якщо ж урахувати дослідження Д. Лікі, який демонструє помітну роль ритуальної поведінки у первісних племенах, то термін треба збільшити приблизно до 1,5–2 млн. років.

У даному разі не описується елементарна класифікація такої структури, яка виділяє як елементи: смисл, погляд, інтонацію, пластику, міміку, дотик, одяг, організацію простору навколо себе, тембр, систему пауз тощо.

Імідж не є просто бажання подобатися як базовий мотив, що відзначає духовне життя й духовність. Він виражає, причому в неявному, «шифрованому» вигляді досвід входження людей у систему соціальних відносин.

Імідж виникає у психіці як природне (але не безальтернативне) прагнення людини так організувати свою душу, щоб частіше добиватися соціального успіху, і вже в будь-якому разі посісти суб'єктивно прийнятний внутрішньогруповий статус.

Загальнопсихічний статус іміджу виражений у єдності вербальних і невербальних прагнень людини обійтися мінімумом сил у створенні корисної їй поведінки в реальних соціальних групах, і при цьому уникнути «доторкання до екзистенціалу», не відчути тривоги, страхів, фобій, що беруть свої початки у дитинстві. Імідж, на думку вчених [5, 106], є в психіці чимось що нагадує «вмонтований соціальний компас», який вказує на «верхніх рівнях особистості» на необхідність центрального образу бажаного соціального успіху.

П. Кропоткін, наприклад, вказуючи на зв'язок соціальної поведінки, іміджів з несвободою, писав: «Людина завжди враховувала й буде враховувати інтереси хоча б декількох інших людей, і враховуватиме їх усе більше й більше, у міру того, як між людьми будуть устанавлюватися все більш і більш тісні взаємні стосунки, а також і в міру того, як ці інші самі будуть певніше заявляти свої бажання й почуття, свої права наполягати на їх задоволенні. Внаслідок цього ми не в змозі надати свободі ніякого іншого визначення, крім такого: свобода є можливість діяти, не вводючи в обговорення своїх вчинків боязні громадського покарання» [5, 25].

Зупинимося, ще для прикладу, і на ролі людської волі у формуванні мотивації побудови іміджу. Вибір саме волі пояснюється рядом міркувань:

- аналіз волі як підсистеми процесів здійснення поведінкового вибору дозволяє торкнутися діалектики фундаментального за значущістю переходу «неусвідомлене — усвідомлене» у виникненні самого мотиву створення іміджу;

- визначення складних і масштабних психічних механізмів волі дозволяє, у разі успіху, виробити уявлення про особистісне начало іміджу взагалі.

Точка «психічного старту» іміджів — особливі механізми волі, які показують пріоритетність стереотипно соціальних поведінкових виборів, що закріплюється як своєрідний «ген» духовного життя суспільства й цивілізації в цілому.

Згідно з класичним підходом символічного інтеракціонізму, взаємне пристосування людей, які входять до соціальної групи, досягається багато в чому «завдяки здатності людей формувати уявлення про самих себе як про перцептуальні об'єкти; причому цей процес забезпечується шляхом прийняття ролей інших. Кожна людина здатна сформувати Я-образ — іншими словами, вона може уявити, як вона виглядає в очах інших людей, включених у цю ситуацію, і таким чином перевірити, з точки зору інших учасників, усе, що вона збирається робити. Особиста відповідальність фіксується людиною в ту мить, коли вона уявляє собі, чого чекають від неї інші учасники. Лінії дії окремих індивідів підбираються одна до одної, оскільки кожний може приймати ролі інших, формувати Я-образ, з визначеної ним точки зору, і здійснювати пристосування до визначених ним намірів та експектацій» [5, 82]. 2002 року вийшов перший навчальний посібник з психології іміджу. Автор О. Перелігіна запропонувала ретельний аналіз соціально-психологічної природи іміджу; визначила особливості індивідуального іміджу; розкрила перспективи побудови загальної соціально-психологічної теорії іміджу, визначила можливості застосування до його вивчення найбільш прогресивних методів сучасної соціально-психологічної науки (символічного

інтеракціонізму, теорії когнитивного диссонансу, теорії соціального впливу, теорії діяльності, теорії соціального пізнання тощо).

Деякі сучасні психологи говорять про імідж у множині. Наприклад, І. Федоров визначає іміджі як «систему соціального програмування духовного життя й поведінки суб'єктів (індивідів і груп) загально-цивілізаційними та ментальними стереотипами й символами групової поведінки, опосередковану потужністю мотивації успіху, еталоном бажаного враження, міметичними здібностями суб'єкта і ситуацією» [5, 83]. Тим самим підкреслюється мінливість, гнучкість, ситуативність іміджу.

У ряді визначень відображено знакову, інформаційно-символічну природу іміджу. Так, В. Маркін пише: «Імідж — це не маска, не прикрашення свого професійного обличчя. У реальному житті, звичайно, існує і це. Але такий аспект у технології іміджу, на мій погляд, не головне. Головне тут — можливість передати (через певні імідж-сигнали) інформацію про себе, про свої справжні (особистісні й професійні) устої, ідеали, плани, діяння» [5, 122]. З урахуванням знакової природи іміджу його можна розглядати як адресоване аудиторії повідомлення про те, що особистість має такі-то властивості. Для того щоб аудиторія могла сприйняти таке повідомлення, воно повинно бути написане зрозумілою їй мовою, а відповідно, використовувати знайомі їй символи (знаки) в їх звичайних значеннях.

Психологи О. Федоркіна та Р. Ромашкіна характеризують імідж як «соціально-психологічне явище, яке відображає вплив на нього не лише свідомого, але й несвідомого компонентів психіки різних соціальних груп, мотивації їхньої поведінки, а також формування образів, затребуваних сьогодні народними масами» [5, 82–84]. У цьому визначенні відчутний акцент на такому прагматичному результаті побудови іміджу, як передавання інформації про суб'єкт у вигляді його іміджу адресату, яким виступає соціальна група.

Як зазначає один з дослідників індивідуального іміджу І. Федоров, імідж виконує такі функції:

– функцію соціального тренінгу: створюючи імідж, людина свідомо або стихійно коригує власні вияви, пристосовуючи їх до виконання групових ролей;

– ілюзорно-компенсаторну функцію. Вона виявляється в тому, що «іміджі дозволяють ніби «погратися в нездійснене», компенсувати стереотипність звичайного життя, зберігаючи тим самим особистість, але не порушуючи поведінкової рамки групових ролей [5, 83]. Міра ексцентричності іміджу визначається конкретною ситуацією, вона тим вища, чим менша можливість верифікації іміджу. Класичним прикладом створення фантастичного іміджу, який нічого спільного не має з дійсністю, може слугувати сюжет гоголівського «Ревізору»;

– функцію соціально-символічного пізнання: за допомогою іміджу індивід демонструє членам групи свою готовність до соціальних інтеракцій і виконання відповідних ролей, зі своєї сторони, інші члени групи завдяки іміджу пізнають в індивіді потенційного партнера.

Виходячи з цих визначень, як вважає І. Федоров, можна зробити висновок, що можливі стани, які характеризуються відсутністю іміджу. До таких станів І. Федоров зараховує деякі психічні захворювання, несоціалізовані стани, такі, як сон, інтуїтивні акти, пристрасті, а також програмована поведінка (у стані гіпнозу, навіювання або прищеплена через мас-медіа масовидна поведінка). Зрозуміло, оскільки імідж створюється в процесі соціальної взаємодії, суб'єкт, нездатний до соціальної взаємодії, не здатен і до діяльності, спрямованої на створення іміджу. Однак це не означає, що імідж відсутній, наприклад, у людини, яка спить, або людини, яка перебуває в стані гіпнозу. Імідж являє собою символічну структуру, яка, якщо вже створена, не може припинити існування із засинанням суб'єкта-прообразу, подібно до того як портрет людини не припиняє свого існування в момент відсутності й навіть смерті моделі. Наприклад, імідж політичного діяча, втілений у журнальних і газетних публікаціях, радіо — й телепередачах, книгах, фотознімках тощо, який існує у свідомості багатьох людей, не в змозі перестати існувати, коли цей політичний діяч спить.

Соціально-психологічне визначення іміджу повинно враховувати його подвійну — соціальну й психологічну — природу. Являючи собою образ суб'єкта для соціальної групи, імідж у певному смислі є в той же час і образом цієї групи для цього об'єкта, адже побудова іміджу відбувається згідно з уявленнями (усвідомленими чи неусвідомленими) суб'єкта про характеристики групи, для якої будується імідж. Імідж не можна розглядати лише як феномен психічного життя індивіда, але в той же час невірно описувати його і як вияв зовнішніх щодо індивіда факторів, у тому числі впливу групи. Він є виявом роботи психіки щодо узгодження її власних імпульсів з індивідуальним і груповим досвідом.

З урахуванням усіх цих міркувань вченими-психологами [5, 23] запропоноване таке соціально-психологічне визначення іміджу: «Імідж — це символічний образ суб'єкта, створений у процесі суб'єкт-суб'єктної взаємодії».

Це визначення включає в собі посилання на ряд соціально-психологічних понять, що розкривають його зміст.

Насамперед це поняття образу, яке одразу ж включає визначення іміджу в контекст досліджень соціальної перцепції та соціального пізнання. Необхідно враховувати, що на відміну від загальної психології, яка з чотирьох елементів перцептивного процесу (суб'єкт сприйняття, об'єкт сприйняття, процес сприйняття і образ) приділяє увагу майже винятково третьому елементу — процесу сприйняття, соціальна психологія зосереджує свої дослідницькі інтереси на образі, включаючи в коло свого розгляду й ті характеристики суб'єкта й об'єкта соціального сприйняття, що виявляються значущими для виникнення образу.

Соціально-психологічне вивчення соціального сприйняття ґрунтується на одній з останніх ідей А. Леонтьєва про розгляд образу сприйняття як «орієнтовної основи поведінки». Як зазначає Г. Андреева, «образ як результат» соціально-перцептивного процесу функціонує далі в усій системі взаємин між людьми. Більш того, «іноді «образи» іншої людини, групи, якогось соціального явища є більш значущими в цих відносинах, ніж самі об'єкти» [5, 46].

Таким чином, уже включення до визначення іміджу поняття «образу» вказує на органічне входження такого явища, як імідж, у систему людської діяльності й відповідно на необхідність застосування діяльнісного підходу при його вивченні.

Однак імідж виступає не тільки як явище, включене в систему діяльності суб'єкта, використовуване в процесі діяльності, але й таке, що виникає в результаті діяльності, є її продуктом. На це вказує слово «створюваний» (а не «такий, що виникає»), яке ми використали у визначенні іміджу. При цьому ми не уточнюємо, чи відбувається процес створення іміджу усвідомлено й раціонально, згідно з вербально сформульованою метою. Діяльність щодо створення й перетворення іміджу може здійснюватися як на основі професійно вироблених стратегій і методів, із залученням спеціалістів-іміджмейкерів, так і стихійно. Але у будь-якому разі імідж виступає як результат певної цілеспрямованої активності зі сторони суб'єкта.

Важливе значення в структурі визначення іміджу має й поняття суб'єкт-суб'єктної взаємодії. Включення цього поняття у визначення іміджу вказує на те, що імідж створюється не просто в процесі діяльності, а в процесі такого специфічного виду діяльності, як спілкування, яке й описується як суб'єкт-суб'єктна взаємодія. У принципі спілкування можна розглядати і як комунікативну діяльність певного суб'єкта А, об'єктом якої є суб'єкт В. Однак такий засіб опису не дозволяє виявити специфіку спілкування як особливого виду діяльності або, якщо ми все ж забажаємо відбити особливості, що впливають із природи її об'єкта, нам знадобиться надто громіздкий засіб опису. Ось як писав про це Б. Ломов ще в середині 70-х років ХХ століття: «Ми могли б розглядати мотиви й цілі суб'єкта А, розчленувати його комунікативну діяльність на складові дії, виявити систему завдань, операцій, засобів, що використовуються і т.д. Але об'єкт В — це не пасивний предмет, на який спрямована діяльність. Це теж суб'єкт. Вступаючи у спілкування з А, він має свої мотиви, цілі тощо. Об'єктом його комунікативної діяльності є суб'єкт А. Так, описуючи акт

спілкування, ми змушені будемо провести подвійний аналіз щодо кожного з учасників спілкування. Спілкування тоді стане ніби сумою двох різноспрямованих діяльностей, які «дзеркально» накладаються одна на одну. Звичайно, такий аналіз можливий, щоправда, ми зіткнемося з тим, що ролі його учасників змінюються в ході самого спілкування» [5, 127]. Іншими словами, навіть при максимальному врахуванні активності контрагента діяльності суб'єкта А підхід до спілкування як до суб'єкт-суб'єктної взаємодії не відбиває суті спілкування як взаємодії двох рівноправних суб'єктів.

Тому адекватний аналіз спілкування неможливий без визнання за ним статусу суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

Відомо, що проблема створення іміджу педагога – це проблема пошуку, розробки та застосування психолога-педагогічних, пізнавальних і емоційних, раціональних і художніх засобів створення позитивного образу сучасного педагога, відображення в цьому образі внутрішніх, сутнісних смислів, особливостей його діяльності.

Зазначимо, що коли йдеться про імідж сучасного викладача, то майже всі науковці акцентують увагу на створенні саме позитивного іміджу педагога. Ось як пояснює це визначення В. Джелалі: «Позитивний образ педагога — це життєво ефективний, існуючий у внутрішньому світі образ, що дає позитивні результати у реальному житті особистості, який сприяє трудовим, творчим успіхам, високому щастю і здоров'ю [2, 342].

Сучасний викладач, який бажає істотно вплинути на майбутнє, зобов'язаний постійно шукати й знаходити оптимальні шляхи створення власного позитивного іміджу і, як наслідок, іміджу сучасного університету. Побудова позитивного іміджу педагога неможлива без наявності педагогічної культури.

Науковці професійну культуру педагога пояснюють як процес інтеріоризації суспільних професійних цінностей в особистості. На думку І. Зязюна: «Професійна культура викладача визначається і як індивідуальне вироблення стратегії, а її найважливішими складниками вважаються системний світогляд і модельне мислення, праксеологічна, рефлексивна та інформаційна озброєність, компетентність спілкування й управління, конкретно-предметні знання».

Відомо, що аналіз існуючих підходів визначення змісту і структури педагогічної культури дозволяє виділити інтегральні особистісні характеристики професійних якостей викладача, які виступають основними параметрами його педагогічного іміджу. Це такі якості: педагогічна креативність, педагогічна рефлексія, комунікативність та естетичні якості особистості викладача.

Поняття педагогічного іміджу може розглядатися і як полісемантична категорія, що характеризує стиль професійно-педагогічної діяльності, манеру спілкування, вміння індивідуалізувати свій образ, надавати йому естетичної виразності.

Науковець Т. Іванова щодо іміджу педагога розмірковує таким чином: «ми живемо у світі, який складається із символів. Саме тому в цій символічній діяльності дуже важливим є формування позитивного символу не тільки політика, актора і бізнесмена, але й педагога.

Останнім часом існує потреба і в формуванні, і в зміні іміджу сучасного педагога. Соціокультурна ситуація, яка склалась в освіті сьогодні, потребує змін не тільки в окремих формах та методах педагогічної діяльності, але й у свідомості й поведінці самого викладача» [2, 76].

Процедурою узгодження у створенні позитивного іміджу займається науковець з міста Вінниці Н. Лобова. На її думку. «імідж як комунікативне явище створюється за закономірностями сприймання і суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

Позитивне сприйняття один одного суб'єктами комунікації (викладача і студентів, громадськості і навчального закладу) є основою їх ефективної взаємодії. Партнери створюють спільну атмосферу (настрій), яка працюватиме як компонент психологічної установки в майбутніх контактах (або в їх униканні). Зацікавленість у співпраці викликає необхідність зацікавити собою партнера по комунікації, вдосконалювати або створювати

власний імідж через процедуру узгодження міжсуб'єктних цінностей, власних потреб між собою, мотивації і поведінки тощо» [2, 41].

Як національні традиції впливають на виховання культури особистості та на формування позитивного професійного іміджу? Над вирішенням цих питань працює С. Деніжна. Вона акцентує увагу на тому, що «у дослідженнях Б. Довженюка, Н. Злагоди, Ю Руденка, В. Скуратівського, М. Стельмаховича розкриваються гуманістична суть і духовна велич українських традицій, що відображають і виражають реальні взаємини людей, а завдяки цьому є важливим засобом формування і закріплення моральних почуттів і навичок, які знаходять своє вираження у поведінці особистості. Таким чином, національні традиції допомагають розвивати і збагачувати духовний світ молоді, формувати її потреби та позитивний професійний імідж, берегти та примножувати культурні надбання» [2, 324].

Формування позитивного іміджу педагога, на нашу думку, завжди відбувається в контексті прагнення до успіху, бо відомо, що успіх школяреві може створити тільки той учитель, який сам пізнає радість успіху.

Педагогічний успіх — це результативність у досягненні позначеного, а також пов'язане із цим індивідуальне усвідомлення і громадське визначення отриманого людиною результату. З цієї позиції індивідуального розвитку особистості переживання, що супроводжують досягнення успіху, визначають не тільки самопочуття й задоволення собою, але й впливають на подальший розвиток і соціальну активність особистості.

Імідж педагога, на нашу думку, — цілісна система, яка складається з трьох компонентів, кожен з яких трактується складними комплексними сполученнями різних елементів, знань і вмінь:

- зовнішній вигляд (основні напрямки зазначення та вибору індивідуального стилю особистості педагога; практичне застосування знань про діловий одяг; використання науки про колір);

- внутрішній зміст (володіння культурою педагогічного спілкування; знання основ ораторського мистецтва; опанування основами еристики; раціональна поведінка у стресових і конфліктних ситуаціях; практичне використання нейро-лінгвістичного програмування, уміння використовувати гумор у різних педагогічних ситуаціях);

- володіння педагогічним почуттям (толерантність, емпатичність, милосердя, відповідальність, позитивізм і оптимізм педагога).

Вивчення та практичне застосування ідеї створення позитивного іміджу викладача сучасного ВНЗ у Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна відбувається на заняттях з педагогіки вищої школи для аспірантів та пропонується як методичні семінари для викладачів-початківців. Навчальні теми з педагогічної іміджології також розглядаються на засіданнях студентського клубу «Креативна педагогіка». Науково-методична програма «Імідж сучасного викладача» розроблена на кафедрі педагогіки факультету психології. Стрижнем розробленої програми стала ситуативна методика навчання. Її застосування обумовлене необхідністю оволодіння студентами та викладачами-початківцями не тільки вербальними знаннями професійного спрямування, але й знаннями, що мають певну практичну спрямованість та пов'язані з реальними педагогічними ситуаціями.

Таким чином, завдання об'єднати всі сторони такого багатовимірного явища, як імідж, у єдиному визначенні залишається актуальним для фундаментальної теорії іміджу. Таке визначення повинно враховувати:

- специфіку соціально-психологічних, перш за все, групових детермінант іміджу;
- орієнтацію при створенні іміджу на груповий і особистий успіх у досягненні мети тієї чи іншої діяльності;

- використання суб'єктом при створенні іміджу самого себе (свою зовнішність, одяг, міміку, мовлення, інтонації, колористику, погляд, позу, поведінку та ін.) як засіб досягнення мети;

- високу роль символів в іміджах;

– суб'єктивну орієнтацію іміджів на суб'єктивне ж відчуття законів групового сприйняття і т.ін.

Формування позитивного іміджу викладача сучасного університету в системі вищої освіти буде ефективним тільки за умов реалізації науково обґрунтованої і розробленої концепції, у якій формування іміджу педагога сучасного ВНЗ розглядається як важлива умова і як один із системотворчих чинників даної системи.

Сучасному викладачу неможливо не цікавитися сьогоденними досягненнями соціально-психологічної й педагогічної науки і не використовувати у своїй праці результати останніх досліджень про самопрезентацію, мислення та особистісний розвиток. Надбання і використання цих знань допоможе в його прагненні до життєвого та професійного успіху.

ЛІТЕРАТУРА

1. Словник української мови: В 11-т. — К.: Наукова думка, 2004 — Т.5
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови. — К.: Ірпінь: ВТФ «Перун», 2001
3. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики /А. Н. Леонтьев / — М., 1975
4. Перельгина Е. Б. Психология имиджа: Учебное пособие./ Е. Б. Перельгина / — М.: Аспект Пресс, 2002.
5. Імідж ВНЗ на порозі ХХІ століття (Ч,2). Практико-орієнтований посібник / За ред. І. Єрмакова. — К., 2005
6. Палеха Ю. І. Іміджологія: Навч. посібник / За ред. З. І. Тимошенко / Ю. І. Палеха/ — К.: Вид-во Європ. ун-ту, 2005

УДК 613.94:004.9

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Кучук Н. Г.

Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Статтю присвячено аналізу літературних джерел стосовно здоров'я та застосуванні інформаційних технологій при формуванні здорового способу життя студентів. Розглянуто проблему формування здорового способу життя студентів класичного університету. Основну увагу зосереджено на дослідженні впливу інформаційних технологій на навчальний процес та ефективність засвоєння матеріалу.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, інформаційні технології, студенти, класичний університет, навчальний процес.

Статью посвящено анализу литературных источников относительно здоровья и применения информационных технологий при формировании здорового образа жизни студентов. Рассмотрена проблема формирования здорового образа жизни студентов классического университета. Основное внимание сосредоточено на исследовании влияния информационных технологий на учебный процесс и эффективность усвоения материала.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, информационные технологии, студенты, классический университет, учебный процесс.

Article it is devoted to the analysis of references concerning health and application of information technologies at formation of a healthy lifestyle of students. The problem of formation of a healthy lifestyle of students of classical university is considered. The main attention is concentrated to research of influence of information technologies on educational process and efficiency of assimilation of a material.

Keywords: health, healthy lifestyle, information technologies, students, classical university, educational process.

Розвиток суспільства в ХХІ столітті характеризується різким зниженням стану здоров'я людей: зростанням захворювань, інвалідності, смертності, особливо дітей, шкільної та студентської молоді. На сучасному етапі розвитку Україна потребує у висококваліфікованих

спеціалістах готових до реалізації глобальних задач держави. Це зокрема, зумовлює необхідність впровадження в вищих навчальних закладах здоров'язбережувальних заходів, які дозволяють цілеспрямовано забезпечувати зміцнення здоров'я студентів. Сьогодні в Україні процес формування здорового способу життя у студентів регламентується рядом важливих документів. Зміст державної політики України щодо виховання здорової людини зафіксовано в Конституції України, «Основах законодавства України про охорону здоров'я», Державних національних програмах «Освіта (Україна XXI століття)», «Діти України», Законі України «Про вищу освіту». Державна політика в галузі вищої освіти спрямована на забезпечення здоров'я студентської молоді, формування відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищих індивідуальних і суспільних цінностей. Основними шляхами реалізації державної політики в формуванні здорового способу життя є оптимізація режиму навчально-виховного процесу.

Проблеми здоров'я і здорового способу життя учнівської молоді та умови їх оптимізації стали предметом дослідження філософів, медиків, психологів, педагогів. Окремі дослідження присвячені питанням формування здорового способу життя студентів проводили О. Вакулєнко, Г. Власюк, С. Гвоздїй, Н. Завидівська, І. Іванова, А. Козикін, Г. Кривошеєва, В. Нестеренко, Л. Поліщук та інші.

Питання, пов'язані із використанням освітніх інформаційних технологій в процесі навчання, відображені у дослідженнях Л. Білоусової, В. Бикова, І. Булах, Ю. Дорошенка, С. Заборовської, М. Жалдака, С. Жданова, Ю. Жука, В. Клочка, О. Кузнецової, М. Лаптевої, С. Машбиця, Н. Морзе, С. Пейперта, Ю. Рамського, С. Ракова, І. Роберта, Т. Солодкої, О. Співаковського, Н. Тверезовської, О. Трофімова та інших.

Метою статті є теоретичний аналіз проблеми формування здорового способу життя студентів із використанням інформаційних технологій.

Завданням статті є дослідження проблеми формування здорового способу життя студентів в педагогічній теорії та практиці.

Викладення основного матеріалу. При вступі до університету студенти виявляються в нових умовах, адаптація до яких є складний процес і супроводжується значним напруженням усіх органів і систем організму. Враховуючи те, що інтенсивні розумові навантаження в найбільшою мірою припадають на період студентства, зростає роль ретельного контролю за станом здоров'я студентської молоді. Останнім часом багато вчених піднімають питання, пов'язані з проблемою збереження і зміцнення здоров'я студентів в період їх навчання у вузі, вивчаючи стан їхнього здоров'я, аналізуючи чинники, що впливають на нього. Стан здоров'я студентської молоді викликає серйозну заклопотаність. Спостерігаються найвищі темпи зростання захворюваності практично по всіх класах хвороб, причому, переважно з тих, які формують хронічні хвороби (захворювання органів дихання і зору, нервової, серцево-судинної системи, порушення імунітету). За даними моніторингового дослідження проведеного кафедрою валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна можна побачити, що з кожним роком кількість здорових студентів зменшується. Так у 2008–2009 навчальному році було зафіксовано 43% майже студентів першокурсників, у 2009–2010 навчальному році кількість цей показник зменшився на 13%. Також дані показують, що з кожним роком зростає показник надлишку ваги.

Здоров'я людини — стан повного соціально-біологічного і психологічного комфорту, коли функції всіх органів і систем організму зрівноважені з природним і соціальним середовищем, відсутні будь-які захворювання, хворобливі стани та фізичні дефекти. Критерій здоров'я визначається комплексом показників. Однак за загальним станом здоров'я людини можна визначити як природний стан організму, що характеризується повною зрівноваженістю будь-яких виражених хворобливих змін. Потрібно пам'ятати, що здоров'я залежить від багатьох факторів, які об'єднуються в одне інтегральне поняття — здоровий спосіб життя. Він полягає у розумному ставленні до свого здоров'я, фізичній та психічній культурі, загартовуванні організму, вмілій організації праці та відпочинку. [1, 2]

Ю. Лісіцин відзначає, що здоровий спосіб життя – це не просто все те, що сприятливо діє на здоров'я людей. У даному випадку мова йде про всі компоненти різних видів діяльності, спрямованих на охорону і поліпшення здоров'я. «Здоровий спосіб життя – це насамперед діяльність, активність особистості, групи людей, суспільства, що використовують матеріальні і духовні умови і можливості в інтересах здоров'я, гармонійного фізичного і духовного розвитку людини». [4]

Здоров'я залежить від багатьох факторів, які об'єднуються в одне інтегральне поняття – здоровий спосіб життя. Здоровий спосіб життя з точки зору сучасної валеології – це гармонійним режим поєднання роботи та відпочинку, оптимальне харчування, фізична активність, дотримання гігієни, відсутність шкідливих звичок, доброзичливе ставлення до оточуючих і до життя взагалі. [3]

За даними ВОЗ, здоров'я людини на 50–55 % визначається умовами і способом життя, на 25% — екологічними умовами, на 15-20% воно обумовлено генетичними факторами і лише на 10–15% — діяльністю системи охорони здоров'я.

Розвиток формування здорового способу враховує наступні напрямки діяльності в класичному університеті:

- сучасні інноваційні технології
- співпраця між викладачами та студентами, становлення демократичних стосунків
- підтримка соціально-психологічних умінь і навиків студентів
- застосування гуманістичних принципів
- практичне відпрацювання навичок — розв'язування проблем, життєвих ситуацій,

захист власних проектів, критичне, творче мислення, проведення тренінгів, дискусій, заняття у спортивних секціях тощо. Гуманізація освіти вимагає якісно нового підходу до потреб людини, формування стійких мотивацій до здорового способу життя, позитивної соціальної поведінки. Сучасні темпи інтенсифікації та інформатизації навчального процесу відкривають великі можливості для освіти студентів, але це негативно відображається на стану їхнього здоров'я. Нажаль інформаційні технології недостатньо використані для формування здорового способу життя.

Притаманна сучасному розвитку суспільства інформатизація всіх галузей діяльності людини зумовлює необхідність застосування освітніх інформаційних технологій при підготовці фахівця будь-якого профілю. Реакція на швидкоплинні економічні та соціальні, технологічні та інформаційні реалії сучасного суспільства вимагає не просто підвищення рівня освіти людей, а переходу у режим неперервної модернізації цілей, принципів, змісту та технологій освітнього процесу. Тому інформаційні освітні технології потрібно постійно вдосконалювати відповідно до вимог навчальних програм. Все вищесказане свідчить, що для оптимізації процесу формування здорового способу життя студентів в процесі навчання, необхідно використовувати оновлені інформаційні технології.

При застосуванні інформаційних технологій у навчальному процесі, відзначається позитивна динаміка у залученні студентів до обговорення проблеми, а це сприяє розвитку критичного мислення, діалогічного мовлення, уміння доводити свою думку, відстоювати власну позицію.

Лекції, семінарські та практичні заняття займають основне місце у процесі навчання студентів класичного університету. Метою кожного викладача є використання найбільш ефективних технологій для максимального засвоєння матеріалу навчальної дисципліни у студентів. Технології проведення занять різноманітні: традиційні, нетрадиційні із застосуванням інформаційних технологій, мультимедійним супроводженням лекцій тощо. Практичні і лабораторні заняття доцільно також необхідно забезпечувати комп'ютерними програмами. Завдяки новому рівню інтегративного спілкування «студент - комп'ютер» ця технологія сприяє поліпшенню умов навчання. Поточний і підсумковий контроль знань, умінь і навичок студентів доцільно проводити також у вигляді електронних комп'ютерних тестів різного рівня складності. Для підвищення рівня професійної підготовки студентів необхідно активно впроваджувати інформаційно-комунікативні освітні технології, технології

формування інформаційної культури, технології комп'ютерного уроку, технології використання Інтернет-ресурсів у навчально-виховному процесі. Одним з найбільш ефективних засобів навчання є раціональна організація самостійної роботи студентів із застосуванням комп'ютерних технологій. Враховуючи інтегративні можливості навчальних курсів, слід застосовувати електронний дидактичний комплекс, що має наступну структуру: банк знань (різноманітні завдання частково-пошукового, дослідницького та іншого характеру для опанування дидактичних понять, теоретичного матеріалу тощо); банк дидактичних знань (електронні підручники, хрестоматії, підручники, посібники, першоджерела, словники та глосарії, навчальні презентації, фондові лекції тощо). [5]

Висновки. Вивчення і аналіз філософської, соціологічної, медичної, психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження дали змогу уточнити зміст і сутність понять, що характеризують здоровий спосіб життя. Ефективність процесу виховання в студентів здорового способу життя суттєво залежать від педагогічних умов. В результаті проведеного дослідження було визначено сутність інформаційних технологій у підготовці студентів класичного університету та формуванні у них здорового способу життя, показано значення їх використання у навчально-виховному процесі, розкрили значення комп'ютерних технологій в освітньому процесі. Планування викладачем системи робіт з використанням інформаційних технологій дає можливість підготувати випускників до життя в інформаційному суспільстві. Перспективи подальших пошуків у напрямку дослідження передбачає впровадження методики формування здорового способу життя студентів класичного університету із застосуванням інформаційних технологій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья / Н. М. Амосов. — Донецк: Сталкер, 2002. — 590 с.
2. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. О. Попова. — К.: Здоровье, 1998. — 248 с.
3. Давиденко Д. Н. Здоровье и образ жизни студентов: учеб. пос. / Д. Н. Давиденко, Ю. Н. Щедрин, В. А. Щеголев. — СПб.: СПбГУ ИТМО, 2005. — 124 с.
4. Лисицын Ю. П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник для ВУЗов / Ю. П. Лисицын. — М.: ГЭОТАР-МЕД, 2002. — 520 с.
5. Романова Л. Я. Сучасні педагогічні технології: навч. пос. / Л. Я. Романова. — Бердянськ: БДПУ, 2009. — 103 с.

УДК 373.3, 371.214.46

СУТНІСТЬ МЕТОДИКИ ФОРМУВАННЯ ЦІЛІСНОГО МИСЛЕННЯ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇЇ ВИКОРИСТАННЯ ПРИ ВИКЛАДАННІ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Удовенко М. А.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

У статті висвітлено аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми формування цілісного мислення, проаналізовано важливість мети навчального предмету «Основи здоров'я», можливості методики формування цілісного мислення для свідомої пошукової діяльності учнів. Приведено результати розробки основних принципів побудови методики формування цілісного мислення, реалізованої автором дослідження під час проведення експериментальних уроків з предмету «Основи здоров'я» з учнями початкової школи, обговорюються особливості цієї методики.

Ключові слова: учні, здоров'я, здоровий спосіб життя, навчальний предмет, методичні прийоми, методика формування цілісного мислення.

В статье освещен анализ психолого-педагогической литературы по проблеме формирования целостного мышления, проанализированы важность цели учебного предмета «Основы здоровья», возможности методики формирования целостного мышления для осознанной поисковой деятельности учеников. Приведены результаты разработки основных принципов построения методики формирования целостного мышления, реализованной автором исследования во время проведения экспериментальных уроков по предмету «Основы здоровья» с учениками младшей школы, обсуждаются особенности этой методики.

Ключевые слова: ученики, здоровье, здоровый способ жизни, учебный предмет, методические приемы, методика формирования целостного мышления.

In this paper the analysis of psychoeducational publications at the integral thinking forming problem is considered, the importance of aim of the subject called "Health Bases" and the possibilities of integrated thinking forming system for the conscious search activity of pupils are analyzed. The results of elaboration of basic principles of integrated thinking forming system, which has been incarnated by the investigation author during the conduction of experimental lessons at the subject called "Health Bases" with primary school pupils, are shown, the peculiarities of this system are discussed.

Key words: pupils, health, healthy mode of life, training course, technical approaches, integrated thinking forming system.

Вступ. Початок ХХІ сторіччя ознаменований кардинальними змінами в соціально-політичному та суспільному житті людини, зростанням вимог до освітнього рівня її громадян. Однак щорічні медичні огляди учнів загальноосвітніх навчальних закладів вказують на погіршення фізичних ресурсів населення України, які поступово знижуються протягом навчання. У зв'язку з цим формування здоров'я має відбуватися в роки інтенсивного розвитку учнів, що припадає на період навчання в школі.

Формування здоров'язбережувальної компетентності школяра ХХІ сторіччя вимагає певних особливостей, оскільки вищезазначена компетентність є однією з ключових компетентностей, які спрямовують подальший життєвий шлях та навчальні можливості учнів, формуючи стиль навчальної діяльності та моделі поведінки, розуміння себе як члена соціальної спільноти.

Тому актуальність дослідження обраної нами проблеми зумовлена необхідністю створення методики, котра буде вносити базову основу для формування довготривалих життєво важливих звичок, що проявлятимуть свою результативність упродовж всього життя людини, повинна бути відповідною потребам та особливостям викладання в початкових класах та формуванню позитивної мотивації до питань здоров'язбереження у школярів.

Аналіз актуальних досліджень. Проблема здоров'я людини та здоров'я школяра розглядається в роботах багатьох учених-педагогів сучасності: Т. Бойченко, Ю. Бойчук, М. Гончаренко, О. Іонова, О. Савченко, С. Страшко та інших. Представники гуманістичного

стверджують, що розвиток дитини має проходити через гуманізацію процесу освіти та виховання. До цього напрямку відносять роботи таких вчених як Ш. Амонашвілі, Г. Балл, І. Бех, О. Сухомлинська, І. Якіманська та інші. Другий напрямок — культурологічний — має головну ідею, що в основі процесу формування здоров'я школярів є культура здоров'я (Ю. Бойчук, Е. Вайнер, В. Горащук, О. Іонова, С. Кириленко, В. Оржеховська, О. Савченко, Л. Татарнікова та інші) [1 – 5].

Формування здоров'я та здоров'язбережувальної компетентності неможливо без оптимальної організації діяльності учня, до якої належить планування його навчальної діяльності та відпочинку, знання своїх індивідуальних особливостей. Виховувати здорову особистість в XXI сторіччі можливо за допомогою нових методик, які активно впроваджуються в навчально-виховний процес загальноосвітнього навчального закладу, наприклад, методики формування цілісного мислення.

Проблему формування цілісного мислення дослідники визначають як єдність логічного та образно-інтуїтивного мислення (Н. Маслоу), як єдність логічного та образного мислення (Р. Влодарчик, П. Лубочков), триєдність предметно-дійового, наочно-образного та словесно-логічного (С. Кондратьєв, Н. Ромашенко), як «процес інтегративної, гармонічної єдності логічного, емоційно-образного та творчого осягнення сутності предметів, явищ» (С. Башаєва) [2 – 4]. Динаміку розвитку цілісного мислення в навчально-виховному процесі досліджували А. Жестоканова, Г. Комарницький, П. Ліпман, А. Марголіс, Н. Смірнова та інші [2 – 4].

Мета роботи полягає в розробці основних принципів побудови методики формування цілісного мислення, реалізованої автором дослідження під час проведення експериментальних уроків з «Основ здоров'я» в початковій школі.

Виклад основного матеріалу. Більшість методик, які реалізуються в освітньому циклі спрямовані на формування логічного мислення, вмінню робити висновки шляхом виконання низки певних завдань. Тоді виконуючи нестандартне завдання, учень, який має високий навчальний результат, може не вміти створити алгоритм дії.

Предмет «Основи здоров'я» має за мету формувати життєво важливі навички. Початковий етап їх формування приходиться на уроки з навчального предмету, де явища та життєві ситуації вивчаються учнями в більшій частині уроків теоретично, а ситуації для вирішення завдань в подальшому навчальному та життєвому досвіді завжди не стандартизовані, тому важливо розвивати такий стиль мислення і життєдіяльності, коли б до вирішення нових проблемних ситуацій людина могла підійти як згідно вивченому алгоритму дії, так і творчо, розглядаючи всі можливі варіанти, причини та наслідки.

Під *цілісним мисленням* ми розуміємо поєднання елементів раціонально-логічного та інтуїтивно-образного типів мислення. Розроблена нами експериментальна методика формування цілісного мислення ґрунтується на засадах *ноосферної освіти* та *розвивальному навчанні*. Проаналізуємо це більш детально.

Методика формування цілісного мислення дозволяє сформувати в учнів навички саморегуляції та підтримки оптимального режиму навчання та відпочинку, не маючи диференціації на рівень фізичного здоров'я учнів, що в умовах постійного його погіршення є шансом підтримки інтересу до навчання, формування мотивації до успішності, екологічність чистоти мислення, націленість на творчу взаємодію.

Методика формування цілісного мислення – це методика, яка спрямована інтегрувати різні види мислення (логічне, емоційно-образне, творче, аналітичне, інтуїтивне та інші) в навчальній діяльності. В центрі її уваги – життєдіяльність людини та формування свідомої пошукової діяльності. Методика формування цілісного мислення реалізується через систему завдань, що спрямовані на розвиток окремих видів мислення учнів, а також на вміння формувати цілі своєї діяльності.

Методика формування цілісного мислення заснована на принципах створення ситуації успіху, принципу забезпечення особистісно-значимого контексту.

Формування цілісного мислення дозволить розвивати творчий та здоров'язбережувальний потенціал особистості, складаючи основу для успішного навчання, оскільки експериментальна методика активно впливає на розвиток образного мислення учнів.

Основними елементами методики формування цілісного мислення є:

- низка завдань, спрямованих на формування творчого мислення учня;
- засвоєння принципів саморегуляції своїх емоційних станів;
- виховання шляхом методу проєктів;
- формування здоров'язбережувальної компетентності.

Методики викладання предметів в своїй основі спираються на методи, спрямовані на зоровий канал сприйняття інформації (підручники, наочні посібники, робота з зошитом, перегляд навчальних фільмів). Другим каналом сприйняття інформації є аудіальний, який активізується під час прослуховування матеріалу, який розповідає вчитель, написанні диктантів. Вчитель зтикається з проблемою наявності учнів, які важко сприймають навчальну інформацію уроку, не завжди усвідомлюючи причину цього явища, а саме стилю сприйняття та відтворення інформації. Всі учні розподіляються на три великі групи: візуали, аудіали, кінестетики [5].

Візуали орієнтовані на сприйняття інформації через органи зору — відеофільми, слайди, наочні матеріали, яскраві малюнки, роздатковий матеріал, кольорову гаму.

Аудіальний тип сприйняття інформації згідно теорії нейролінгвістичного програмування має легке сприйняття звукової інформації — голос вчителя, обговорення учнями питання (при опитуванні, при роботі в парах, мозкових штурмах), мелодії, вірші, лічилки).

Кінестетичний тип сприйняття інформації більш орієнтований на свої враження від того, що відбувається в класі: які рухи робили (письмо, пальчикова гімнастика, фізкультурні хвилини, тактильні відчуття при тому, коли роблять поробки своїми руками), наскільки зручно він (вона) відчуває себе протягом роботи на уроці. Саме учні з останнім типом найчастіше роблять багато рухів, створюючи для вчителя незручності та необхідність постійно робити зауваження, втрачаючи хвилини часу уроку.

Візуальний тип користується та добре сприймає речення, в яких було використано слова «бачив», «розумію» та інші. *Аудіальний* тип користується частіше словами «чув», «говорили», «було озвучено» та інші. *Кінестетичний* тип висловлюється словами «відчував», «мені було зручно», «мої враження» та інші.

Різний тип сприйняття інформації потребує задіявання широкого калейдоскопу педагогічних технологій, які б могли, з одного боку, донести інформацію до учнів всіх трьох типів, з іншого боку, не втратити швидкість викладання та засвоєння навчальної інформації.

Викладання інформації для всіх трьох типів сприйняття інформації було враховано, коли створювалась система ноосферної освіти, яка структурувала всі складові в один опорний образ, який має і візуальний ряд, і звукові характеристики, і відчуття від сприйняття, які вже існують в попередньому освітньому та життєвому досвіді учня через мислення думко образами, опорними образами для сприйняття нової інформації.

Головною відмінністю сформованого цілісного мислення є розкриття внутрішніх ресурсів особистості учня, виявлення вже закладених в ній потенційних можливостей. Такі уроки націлені на розкриття людського сприйняття, формально-логічного мислення, взаємної відповідальності.

Причинами такої несприятливої ситуації є зниження обсягу інформації, що людина може відтворити. Виникає протиріччя — яким чином людина з середніми можливостями може запам'ятовувати все більші обсяги інформації, аналізуючи її впродовж навчання. Наше завдання як педагогів — реалізувати механізми відтворення масивів інформації в довготривалій пам'яті, які б бажано також корелювати з вихованням особистісних характеристик добропорядної та чуйної людини, патріота рідного краю, розумного господаря Землі.

Формування цілісного мислення має бути адаптованим до умов навчання учнів шкіл різного профілю та розташування. Виховання єдності з природою, навчання за принципами природовідповідності — це єдиний шлях для збереження ресурсів Землі та продовження життя людей на Земній кулі.

Саме в молодшому шкільному віці активно формується навчальна діяльність учнів з її складовими. Тому формування життєво важливих компетентностей, зокрема здоров'язбережувальної компетентності, є сенситивним для цього періоду розвитку учнів. На уроках «Основи здоров'я» учні вчаться життєвому прогнозуванню, аналізу власного життєвого досвіду, розв'язанню завдань, самоорганізації та плануванню своєї навчальної діяльності.

Упродовж навчання в початковій школі в учнів формується мотивація до навчальної діяльності, проходить процес формування особистості через освоєння нової діяльності, формування пізнавальних інтересів учнів, закладаються основи для подальшої самостійної пошукової діяльності. При недостатньому стимулюванні з боку педагогічного колективу, остання риса може залишитись недорозвиненою, що ускладнить процес засвоєння інших предметів в середніх та старших класах школи. Тому існує потреба в навчанні учнів самостійно робити висновки щодо навчального матеріалу, своєї діяльності.

На наш погляд, доцільно використовувати всі надбання технології розвивального навчання, яке розвиває теоретичне (абстрактне) мислення при навчанні предмету «Основи здоров'я», а також використовувати опорні образи, які є похідними від ноосферної освіти. Перша частина спрямована на розвиток когнітивного компоненту здоров'язбережувальної компетентності, друга частина – на навчання учнів розпізнавати різні емоційні стани, вміти контролювати свої почуття, своєчасно реагувати на стресові чинники, створюючи відповідну модель поведінки.

Завдання на розвиток творчого мислення в традиційній системі освіти частіше використовуються без системи, є додатковим та необов'язковим елементом урочного матеріалу.

Отже, формування цілісного мислення може вирішити такі протиріччя, які є в сучасній освіті. Існує потреба в людях, які мають здатність цілісно розглядати явища навколишнього середовища, але також є відсутність повністю реалізувати таку потребу в педагогічному процесі.

Друге протиріччя складається в тому, що досі не має чітких визначень цілісного мислення та критеріїв, показників і рівнів його сформованості для різних вікових категорій.

Третє протиріччя полягає в тому, що є можливість ефективно розвинути цілісне мислення в учнів початкової школи, але не визначено педагогічні умови для його реалізації.

На наш погляд, таке поєднання в експериментальній методиці формування цілісного мислення дозволить сформувати особистість, яка зможе об'єктивно оцінювати свої можливості, ставити перед собою життєві цілі, створювати гармонійні стосунки з навколишнім середовищем.

Отже, поєднуючи навчальні та виховні функції, методика формування цілісного мислення мала вирішити ще завдання формування однієї з життєво важливих компетентностей учнів початкової школи — здоров'язбережувальної компетентності.

Уроки з використанням методики формування цілісного мислення добре сприймаються учнями, характеризуються як цікаві, сприймаються менш довготривалими, викликають зацікавлення до повторення навчального матеріалу.

Враховуючи економічні реформи та наявність різних верств населення, вони не потребують особливого обладнання та довготривалої підготовки вчителів до їх проведення, що робить їх універсальними для будь-якого навчального закладу.

Елементи уроків з використанням методики формування цілісного мислення можуть використовуватись в психолого-педагогічній практиці, під час позакласної діяльності учнів, в самостійній роботі учнів, при підготовці домашніх завдань.

Методика формування цілісного мислення дозволила підвищити рівень мотивації учнів до вивчення предмету «Основи здоров'я», рівень успішності з предмету, підвищити рівень засвоєння вмінь та навичок, самоконтролю та самоаналізу власної діяльності.

Використання методики формування цілісного мислення при викладанні інших навчальних предметів можуть змінюватись відповідно потреб учнів та педагогічного колективу школи, а також відповідно до вимог шкільної програми.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Безумовно, використана методика може бути доцільною для роботи з іншими віковими групами дітей в загальноосвітніх навчальних закладах, її універсальність підтверджує той факт, що вона не потребує матеріальних затрат при проведенні, може бути засвоєна вчителем під час підготовки на курсах підвищення кваліфікації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ващенко Л. С. Основи здоров'я. Книга для вчителя. / Л. С. Ващенко, Т. Є. Бойченко. — К.: Генеза, 2005. — 240 с.
2. Ноосферное образование – стратегия здоров'я / Матер. XXX науч.-пр. конф. — Симферополь: издатель ФЛП Лемешко К. А., 2011. — 452 с.
3. Ноосферное образование — стратегия здоровья. Сборник материалов XXVIII Международной научно-практической конференции / Под редакцией Н. В. Масловой. — Севастополь : изд-ль Кручинин Л. Ю., 2010. — 520 с.
4. Ноосферное образование в Украине. Сборник научных статей. — Харьков, изд-во ХНПУ ім. Г. С. Сковороды, 2007. — 229 с.
5. Савченко О. Я. Виховний потенціал початкової школи: пос. для вчителів і методистів початкового навчання / О.Я. Савченко. – 3-тє вид., без змін. — К.: Богданова А. М., 2009. — 226 с.

УДК 378.2

РОЛЬ ТРИВОЖНО-ДЕПРИСИВНОГО СТАНУ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ПАРАЛІМПІЙЦІВ З УРАЖЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Шуба В. В.

Дніпропетровський Державний інститут фізичної культури і спорту
Дніпропетровськ, Україна

Представлена корекційна робота із **паралімпійцями** з ураженням опорно-рухового апарату. У експерименті приймали участь 46 спортсменів з вадами опорно-рухового апарату. В роботі використовувалися дані дослідження тривожності і психокорекційних заходів. Проведена оцінка ефективності тренінгової програми. Встановлені закономірності прояву тривожності і психокорекційних заходів, які притаманні для паралімпійців з вадами опорно-рухового апарату.

Ключові слова: корекція, паралімпійці, опорно-руховий апарат, оцінка, тривожність.

Представлена коррекционная работа с паралимпийцами с поражением опорно-двигательного аппарата. В эксперименте принимали участие 46 спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата. В работе использовались данные исследований тревожности на разных этапах психокоррекционной программы. Проведена оценка эффективности тренинговой программы. Установлены закономерности проявления тревожности и психокоррекционных мероприятий, которые характерны для паралимпийцев с поражением опорно-двигательного аппарата.

Ключевые слова: коррекция, паралимпийцы, опорно-двигательный аппарат, оценка, тревожность.

The correctional work with Paralympics athletes with lesions of the musculoskeletal system was submitted. The experiment involved 46 sportsmen with the defeat of musculoskeletal. We used research data of anxiety at different stages of psycho programs. The evaluation of the effectiveness of training programs was held. The regularities of manifestation of anxiety and psycho activities that are characteristic of Paralympics athletes with lesions of the musculoskeletal system were established.

Key words: Correctional work, Paralympics, musculoskeletal system, evaluation, anxiety.

Актуальність та доцільність дослідження. Згідно даних Всесвітньої організації охорони здоров'я, 20% населення планети люди із обмеженими руховими діями. Кожний четвертий серед них страждає ураженнями опорно-рухового апарату. Це дитячий церебральний параліч, травми головного або спинного мозку з руховими порушеннями та інші. У зв'язку із природженими або набутими відхиленнями у людей із обмеженими руховими діями може розвиватись комплекс неповноцінності, який характеризується *станом тривоги*, втратою впевненості у собі (А. Маглеваний, Л. Стрельбицький, Г. Софронова, М. Хусківадзе).

Між тим доведено, що одним з найбільш дієвих методів реабілітації людей із фізичними вадами природженого чи набутого характеру є реабілітація засобами фізичного виховання [5].

Спортсмени із пошкодженням опорно-рухового апарату найбільш динамічна ланка Паралімпійського спорту. Поширюється коло змагань, зростає конкурентна боротьба, 83 % змагань у літніх паралімпійських іграх —це змагання для людей із пошкодженням опорно-рухового апарату. У ДЮСШ і спортивних секціях України займаються більше 13,2 тис. людей із обмеженими руховими діями, у тому числі приблизно 4 тис. із вадами опорно-рухового апарату. Більше 4000 людей із обмеженими вадами займаються легкою атлетикою, плаванням та іншими видами спорту. На даний час люди у інвалідних візках займаються навіть такими видами спорту і активного відпочинку, які доступні не всім здоровим людям [1].

Призначення параолімпійського спорту — відновлення втраченого контакту із навколишнім соціальним середовищем, створення умов, необхідних для успішного поєднання фізичного, духовного і соціального компонентів, притаманних здоровій особистості [3]. Під впливом тривалих занять спортом характерною тенденцією стає не лише посилення деяких якостей особистості, а і зміна структури їх взаємозв'язку [1]. Він стає впевненим у собі, більш здатним до спілкування.

Особливу роль у реабілітації людей із обмеженими вадами мають спортивні змагання. Систематичні заняття спортом та участь у змаганнях не тільки підвищують адаптацію таких людей до умов життя, які для них змінилися, але і сприяють виробленню координації в діяльності опорно-рухового апарату, кардіореспіраторної, травної систем і системи виділення. Вони також сприятливо діють на психіку, мобілізують волю на боротьбу із хворобою, повертають людям почуття впевненості у собі та соціальної повноцінності. Заняття спортом роблять людей із обмеженими вадами більш комунікабельними, активними і мобільними, що дозволяє їм у подальшому повноцінно адаптуватися у суспільстві.

Навпаки, ті які систематично не займаються фізичними вправами і спортом, не беруть участь у спортивних змаганнях, проявляється надмірна фіксація уваги на хворобі, незадоволення станом здоров'я, домінують такі якості особистості, як емоційне пригнічення, слабка особистісна ініціатива, відсутність бажання підтримувати стосунки із друзями.

Багато людей із обмеженими вадами не знаючи своїх можливостей, применшують свій особистісний потенціал. Тому лікарська оцінка їхнього функціонального стану та функціональних резервів принципово відрізняється. Суб'єктивна ж оцінка важкості власного стану – чинник, який впливає на трудову та суспільну активність людей із обмеженими вадами. З огляду на вище сказане, вимоги до професійної підготовленості тренерів та спортивних лікарів в аспекті їхнього адекватного та дієвого психолого-педагогічного коригуючого впливу на особистість паралімпійців об'єктивно підвищуються.

Люди із обмеженими вадами, що займаються спортом, переслідують різні цілі:

- самостверження, бажанням до лідерства та перемоги майже любою ціною, навіть ціною свого здоров'я;
- укріплення здоров'я, виправлення фігури, покращення самопочуття;
- соціальна та психологічна адаптація;

- залучення із схожими інтересами до систематичних занять людей із обмеженими руховими вадами;
- боротьба із незручністю, яка викликана фізичними вадами;
- демонстрацію своїх можливостей, боротьбу за свої права.

Отже доцільність використання саме спорту для корекції психоемоційного стану людей із обмеженими руховими вадами, а не лікувальної фізичної культури чи занять фізичними вправами, зпирається на три основні аргументи:

- психологічний вплив спортивних ігор і змагань полегшує компенсацію фізичних, психічних, соціальних змін особистості, нормалізуючи його соціальну значимість, підвищуючи психоемоційну стійкість в умовах стресу;
- дозоване застосування підвищених фізичних навантажень при заняттях спортом виявляє резервні можливості організму, прискорюючи процеси реадaptaції [2];
- підвищення комунікативної активності, соціальна підтримка в умовах змагань мають велике значення як у сімейно-побутовій сфері, так і в процесі підготовки до трудової діяльності.

Реалізація вказаних переваг спорту у значній мірі пов'язана із змістом та реалізацією деонтологічної компоненти діяльності фахівців, які обслуговують людей із обмеженими руховими вадами.

У той же час, якщо особливості методики тренувань паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату вже вивчаються, то психологічні аспекти та засоби корекції якостей особистості задля їхнього відновлення у контексті подальшої соціальної адаптації ще не стали предметом достатньої уваги дослідників. Хоча стан тривожності вивчався у дітей та молоді, у «здорових» спортсменів, у різних верств населення — у паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату досліджений вкрай мало. Відсутні адаптовані до життєдіяльності паралімпійців методи корекції стану тривожності.

Таким чином, проблемою нашого дослідження постає протиріччя між нагальною педагогічною і соціальною потребою відновлення психоемоційної сфери, у тому числі корекції стану тривожності, у значній кількості паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату та відсутністю встановлених закономірностей і знань про особливості психолого-педагогічного впливу на ці процеси під час їхніх занять спортом.

Мета: розробити психокорекційну програму на основі дослідження тривожності паралімпійців з ураженням опорно-рухового апарату.

Завдання дослідження:

1. Вивчити стан наукової на практичній розробки проблеми визначення психолого-педагогічних засобів корекції структури особистості паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату.

2. Дослідити особливості психічного стану паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату, приділивши увагу перш за все вивченню стану тривожності.

3. Розробити та експериментально перевірити психолого-педагогічні засоби впливу на стан тривожності паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату, як компоненти відновлення їхньої психоемоційної сфери.

Об'єкт дослідження: паралімпійціз вадами опорно-рухового апарату, що займаються різними видами спорту та входять до складу збірних областей і збірної України на базі «Інваспорту».

Предмет дослідження: особливості стану тривожності психоемоційної сфери паралімпійціз ураженнями опорно-рухового апарату та засоби її психолого-педагогічної корекції.

Дослідження проводилося у двох групах. Експериментальна група складалася із 46 паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату, які займаються ігровими видам спорту. Вік респондентів складав від 20 до 30 років. Для контрольної групи було обрано 50 «здорових» спортсменів, які займаються ігровими видами спорту такого ж віку. Дослідження проводилося в перед змагальний період під час навчально-тренувальних зборів.

У результаті проведеного дослідження тривожності у паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату були отримані наступні дані, які представлені у таблиці 1, 2, 3.

Дані таблиці 1 показують рівень ситуативної тривожності у паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату. Ситуативна тривожність - показує ступінь емоційної напруги і хвилювання, які розвиваються у конкретній стресовій ситуації перед змагальним і змагальним періодів [4, 5]. Стан ситуативної тривожності може бути динамічним за часом і по ступені виразності.

Таблиця 1. Рівень ситуативної тривожності

Рівень ситуативної тривожності	Експериментальна група (кількість)	Експериментальна група %	Контрольна група (кількість)	Контрольна група %
Низький рівень	10 чоловік	21,7	2 чоловік	4
Середній рівень	23 чоловік	50	25 чоловік	50
Високий рівень	13 чоловік	28,3	23 чоловік	46

У 50% спортсменів із ураженням опорно-рухового апарату виявлений середній показник ситуативної тривожності. У 21,7% респондентів виявлений низький рівень ситуативної тривожності. У 28,3% респондентів виявлений високий рівень ситуативної тривожності. Для одержання більш детальної інформації про психоемоційний стан паралімпійців проводилося психологічне діагностичне інтерв'ю. На основі отриманих даних розроблений тренінг «Керування тривожністю».

На другому етапі дослідження визначався рівень особистісної тривожності. Отримані дані представлені у таблиці 2.

Таблиця 2. Рівень особистісної тривожності

Рівень особистісної тривожності	Експериментальна група (кількість)	Експериментальна група %	Контрольна група (кількість)	Контрольна група %
Низький рівень	0 чоловік	0	5 чоловік	10
Середній рівень	31 чоловік	67,4	30 чоловік	60
Високий рівень	15 чоловік	32,6	15 чоловік	30

Дані таблиці 2 показують рівень особистісної тривожності паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату. У 67,4% учасників дослідження виявлений середній рівень особистісної тривожності. У 60% респондентів виявлений прикордонний рівень середнього показника особистісної тривожності, що становить 44–45%. Ми розглядаємо цей показник, як прикордонний рівень. Паралімпійці із таким показником є кандидатами у програму корекції рівня особистісної тривожності. У 32,6% респондентів виявлений високий рівень особистісної тривожності. Це кандидати у тренінг корекції рівня особистісної тривожності. Особливістю даного дослідження паралімпійців є відсутність низького рівня особистісної тривожності. У дослідженні ми розглядаємо особистісну тривожність як відносно стійку індивідуальну особливість особистості, що характеризує хвилювання, емоційну напругу внаслідок дії стресових змагальних чинників. Паралімпійцям із високим рівнем особистісної тривожності варто приділяти особливу увагу при підготовці до відповідальних змагань через відсутність стабільних результатів.

На третьому етапі дослідження визначався рівень змагальної особистісної тривожності. Отримані дані представлені у таблиці 3.

Таблиця 3. Рівень змагальної особистісної тривожності

Рівень змагальної тривожності	Експериментальна група (кількість)	Експериментальна група %	Контрольна група (кількість)	Контрольна група %
Низький рівень	15 чоловік	32,6	0 чоловік	0
Середній рівень	23 чоловік	50	32 чоловік	64
Високий рівень	8 чоловік	17,4	18 чоловік	36

Дані таблиці 3 показують рівень змагальної особистої тривожності паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату. У 50% паралімпійців середній рівень змагальної особистої тривожності. У 70% респондентів показник має прикордонний рівень. Ми розглядаємо його, як перехід до високого рівня змагальної тривожності. Показник високого рівня змагальної особистої тривожності у паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату становить 17,4%. Показник низького рівня змагальної тривожності становить 32,6% респондентів. Паралімпійці, які мають високий і низький рівень змагальної тривожності — це першочергові кандидати у програму оптимізації рівня тривожності.

У дослідженні були встановлені особливості проведення психологічних методик діагностики тривожності паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату. Паралімпійці виконують дані методики впродовж 30–40 хвилин. Через ураження опорно-рухового апарату їм необхідно більше часу для проходження методики (здорові спортсмени виконують дані методики за 20–25 хвилин). При подальшій роботі із паралімпійцями необхідно враховувати цю особливість. Питання і твердження, представлені у даних методиках не викликали трудність і розуміння формулювання.

Особливістю сприйняття і мислення паралімпійців із ураженням опорно-рухового апарату є те, що вони сприймають питання по шкалі ситуативної тривожності, як питання пов'язані із життям. Вони ці твердження не асоціюють із спортивною діяльністю. А питання по шкалі змагальної тривожності, як безпосередньо пов'язані із спортивною діяльністю.

На основі отриманих даних розроблений тренінг із диференційованим підходом «Керування тривожністю». Створений тренінг складається із 9 занять. Тривалість одного заняття 45 хвилин. Заняття складається із трьох частин, структурою відповідає тренувальному заняттю. Тренінг проводився на учбово-тренувальних зборах, у продовж трьох тижнів.

Висновки:

1. На основі принципів будування психологічних корекційних програм і урахуванням особливостей спортсменів-паралімпійців з ураженням опорно-рухового апарату нами розроблена диференційована психологічна програма-тренінг «Управління тривожністю».

2. Диференціація відбувалася за рівнем тривожності, яку мали спортсмени з вадами опорно-рухового апарату, за результатами дослідження методикою Спілбергера-Ханіна і шкалою змагальної особистісної тривожності Р. Мартенсона.

Перспективи подальшого розвитку у даному напрямку. Полягають у подальшій корекції програми-тренінгу «Управління тривожністю» та планується розглянути організаційно-педагогічні недоліки та шляхи їх усунення для підвищення ефективності процесу застосування даної методики

ЛІТЕРАТУРА

1. Ильин А. Б. Оценка спортивно-психологической подготовленности и показателей, характеризующих личность спортсменов разной специализации: Сб. науч. труд. молодых учёных и студентов РГАФК / А. Б. Ильин — М.: Физкультура, образование и наука, 2000.

2. Лисянская Е. В. Методологические особенности психологии спорта // Вопросы психологии / Е. В. Лисянская. — 2005. — №14. — С. 19–23.
3. Осипова А. А. Общая психокоррекция. Учеб. пособ. / А. А. Осипова. — М.: Сфера, 2002. — 510 с.
4. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов / [Сост. и общая редакция И. П. Волкова, Н. С. Цикуновой]. — М.: Советский спорт, 2005. — 286 с.
5. Уэнберг Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С. Уэнберг, Д. Гоулд. — К.: Олимпийская литература, 2001. — 335 с.

ВАЛЕОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ

УДК [613.86:378.032 +130.12] (477)

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТОВ С НАРУШЕННЯМИ ЗРЕНИЯ ВО ВРЕМЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Гончаренко М. С., Мартыненко И. Г., Носов К. В., Пасынок В. Г., Черноватый Л. Н.
Харьковский национальный университет им. В. Н. Каразина
Харьков, Украина

В работе отражены результаты исследования особенностей адаптации слабовидящих студентов во время обучения в высшем учебном заведении. Адаптационные возможности студентов оценивались на основании анализа статистических и спектральных характеристик вариабельности сердечного ритма. Выявлено снижение адаптационных резервов у слабовидящих студентов в восстановительном периоде после выполнения функциональной пробы по сравнению со студентами с нормальным зрением. После проведения валеологических тренингов показано повышение адаптационных возможностей у студентов с нарушениями зрения, связанное с оптимизацией баланса вегетативной нервной системы.

Ключевые слова: студенты с нарушениями зрения, вариабельность сердечного ритма, функциональная проба, вегетативная нервная система, валеологические тренинги.

У роботі відображені результати дослідження особливостей адаптації слабкозорих студентів під час навчання у вищому навчальному закладі. Адаптаційні можливості студентів оцінювалися на підставі аналізу статистичних і спектральних характеристик варіабельності серцевого ритму. Виявлено зниження адаптаційних резервів у слабкозорих студентів у відновлювальному періоді після виконання функціональної проби у порівнянні зі студентами з нормальним зором. Після проведення валеологічних тренінгів показано підвищення адаптаційних можливостей у студентів з порушеннями зору, пов'язане з оптимізацією балансу вегетативної нервової системи.

Ключові слова: студенти з порушеннями зору, варіабельність серцевого ритму, функціональна проба, вегетативна нервова система, валеологічні тренінги.

The work presents the results of a study of adaptation of visually impaired students while studying in high school. Adaptive capacity of students are assessed on the basis of the analysis of statistical and spectral characteristics of heart rate variability. Decrease adaptation reserves in visually impaired students in recovery period after performing functional tests compared to students with normal vision. After the valeological training shown increasing adaptive capabilities of students with visual impairments associated with optimization of the balance of the vegetative nervous system.

Keywords: students with visual impairments, heart rate variability, functional test, vegetative nervous system, valeological trainings.

Вопросы адаптации к профессиональной деятельности лиц с ограниченными возможностями, в том числе и физиологические аспекты адаптации их к учебной деятельности, приобретают особую важность в плане сохранения благоприятной динамики состояния здоровья студентов. Многочисленные исследования показали, что адаптация студенческой молодежи к условиям обучения в высшей школе представляет собой сложный многоуровневый физиологический и социальный процесс.

Развитие процессов дезадаптации в период обучения может оказать негативное влияние на функциональное состояние, регуляторно-адаптивный статус организма студентов [2]. В этом аспекте существенное значение приобретает своевременное выявление снижения адаптационных резервов организма для проведения соответствующих профилактических и коррекционных мероприятий.

Эффективность этих мероприятий во многом зависит от адекватности методов оценки функционального состояния и адаптационных возможностей человека. В настоящее время для решения этих задач широко используется анализ variability сердечного ритма (ВСР), который позволяет объективно исследовать состояние механизмов регуляции физиологических функций в организме человека, в частности, общей активности регуляторных механизмов, нейрогуморальной регуляции сердца, соотношения между симпатическим и парасимпатическим отделами вегетативной нервной системы (ВНС) и на основании этих данных оценить в целом адаптационные возможности организма человека.

Целью настоящего исследования являлось исследование особенностей адаптации слабовидящих студентов во время учебного процесса в высшем учебном заведении и исследование влияния на их адаптационные возможности здоровьесберегающих валеологических тренингов.

Материалы и методы

В исследовании принимали участие 25 студентов с нарушениями зрения (слабовидящие студенты) и 15 практически здоровых студентов с нормальным зрением (контрольная группа). При проведении здоровьесберегающих валеологических тренингов принимали участие 12 студентов с нарушениями зрения. Для повышения адаптационных возможностей слабовидящих студентов проводились тренинги на темы: «Здоровый день», «Релаксационные методики как профилактика негативных последствий стресса», «Арт-терапия и творчество как метод психологического разгрузки», «Гармонизация мужского и женского в человеке» — тренинг, основанный на принципах инициационной терапии (гармонизация мужского и женского начал) через раскрытие архетипов (первичных образов).

Исследование ВСР проводили путем регистрации ЭКГ с помощью программно-аппаратного комплекса «Омега-М» (производство научно-исследовательской лаборатории «Динамика», г. Санкт-Петербург), анализировался ряд показателей ВСР: ЧСС, индекс напряженности (ИН) по Баевскому, индекс вегетативного равновесия (ИВР) и спектральные характеристики сердечного ритма (HF – мощность высокочастотного компонента, LF – мощность низкочастотного компонента, соотношение LF/HF, TP – мощность полного спектра частот) [1]. Для оценки адаптационных резервов студентов осуществляли выполнение функциональной пробы (ФП) Мартине. Математический анализ ВСР осуществлялся с помощью программного пакета «Омега-М». Достоверность различий экспериментальных данных определяли с помощью критерия Вилкоксона и U-критерия Манна-Уитни.

Результаты и обсуждение

Проведенный сравнительный анализ исходного функционального состояния (в состоянии относительного покоя) контрольной группы и слабовидящих студентов не выявил достоверных отличий по всем исследуемым показателям. Наиболее выраженные отличия были отмечены по показателям ИВР, хотя значения этого показателя были в пределах нормы, но у слабовидящих студентов ИВР был на 15% выше по сравнению с контрольной группой, что свидетельствует об определенной активации симпатического звена ВНС у студентов в этой группе в состоянии покоя.

Результаты исследований показателей ВСР в динамике выполнения ФП у обследуемых групп имели более выраженные отличия. У студентов с нормальным зрением после выполнения ФП в восстановительном периоде наблюдается возвращение к исходным значениям большинства исследуемых показателей (таблица 1).

Таблиця 1. Динамика показателів ВСР студентів с нормальним зрением при виконанні функціональної проби Мартине, $M \pm m$.

Показатель	До ФП	Після ФП
ЧСС, уд/мин	78,67 ± 2,004	80,87 ± 2,805
ИВР, усл. ед.	103,62 ± 11,84	90,56 ± 10,13
HF, мс ²	931,76 ± 251,86	1090,61 ± 160,57
LF, мс ²	1590,45 ± 263,18	1109,08 ± 123,83*
LF/HF	2,757 ± 0,52	1,589 ± 0,3682*
TP, мс ²	3583,49 ± 486,24	3739,95 ± 319,36

* – $p < 0,05$ – статистическая достоверность различий по критерию Вилкоксона.

Исключение составлял LF- компонент спектра, который достоверно снижался на 30%. При этом отмечается тенденция к увеличению высокочастотной составляющей спектра, что позволяет поддержать оптимальный вегетативный баланс LF/HF.

После выполнения ФП слабовидящими студентами к концу восстановительного периода у них не отмечается восстановление ЧСС – через 4 минуты после выполнения пробы Мартине ЧСС была достоверно выше исходных значений (таблица 2). После выполнения ФП у слабовидящих студентов наблюдается выраженное повышение активности парасимпатического автономного контура регуляции – достоверное повышение HF на 58%. При этом значения LF практически не изменяются, что приводит к увеличению суммарной мощности спектра вегетативной регуляции кровообращения – TP достоверно увеличивался на 62%. При этом закономерно изменяется симпато-парасимпатический баланс – LF/HF достоверно снижается на 42%, а ИВР – на 29%.

Таблиця 2. Динамика показателів ВСР слабовидящих студентів при виконанні функціональної проби Мартине, $M \pm m$.

Показатель	До ФП	Після ФП
ЧСС, уд/мин	79,88 ± 1,76	82,08 ± 1,933*
ИВР, усл. ед.	118,63 ± 11,16	84,61 ± 8,978*
HF, мс ²	893,94 ± 206,39	1415,01 ± 293,65*
LF, мс ²	1499,47 ± 186,83	1500,69 ± 202,62
LF/HF	2,942 ± 0,3799	1,63 ± 0,1994*
TP, мс ²	3422,7 ± 439,51	5540,44 ± 738,22*

* – $p < 0,05$ – статистическая достоверность различий по критерию Вилкоксона.

Функциональная проба выступает в роли физиологического модулятора тонуса отделов ВНС, при этом у здоровых студентов наблюдаются типичная ответная реакция после физической нагрузки в восстановительном периоде – усиление парасимпатических влияний и ослабление симпатической активности ВНС. У слабовидящих студентов в этот период значительное повышение активности парасимпатического звена ВНС не сопровождается изменениями симпатической активности, что отмечается по показателям ИВР и LF/HF как смещение вегетативного баланса в сторону усиления парасимпатических влияний. В тоже время эти изменения вегетативного баланса не оказывают значимого влияния на динамику такого интегрального показателя сердечнососудистой системы как ЧСС, которая остается достоверно повышенной на протяжении всего восстановительного периода, что свидетельствует, с нашей точки зрения, о снижении адаптационных возможностей сердечнососудистой системы у слабовидящих студентов.

При исследовании влияния здоровьесберегающих валеологических тренировок сравнительный анализ исходного функционального состояния (до выполнения ФП) слабовидящих студентов до и после проведения тренировок не выявил достоверных отличий по всем исследуемым показателям (таблицы 3, 4).

Таблиця 3. Динаміка показателів ВСР слабовидящих студентів при виконанні функціональної проби Мартине до проведення тренінгів, $M \pm m$.

Показатель	До ФП	После ФП
ИН, усл. ед.	62,32 ± 10,37	46,01 ± 8,749*
ИВР, усл. ед.	88,43 ± 12,07	62,74 ± 9,985*
HF, мс ²	1301,39 ± 405,48	1924,23 ± 536,7*
LF, мс ²	1838,86 ± 337,4	1830,84 ± 337,29
LF/HF	2,818 ± 0,5937	1,701 ± 0,3224*
TP, мс ²	4571,92 ± 748,65	7044,32 ± 1 172,21*

* – $p < 0,05$ – статистическая достоверность различий по критерию Вилкоксона.

Результаты исследований показателей ВСР в динамике выполнения ФП у слабовидящих студентов до и после проведения тренінгів имели более выраженные отличия. До тренінгів у студентів після виконання ФП в восстановительном периоде наблюдается достоверное снижение ИН на 26%. HF- компонент спектра, отражающий активность парасимпатического отдела ВНС, достоверно повышался на 48%. При этом не отмечается изменений низкочастотной составляющей спектра, связанной в основном с симпатическими влияниями. Это, соответственно, вызывает достоверное снижение LF/HF на 40%, также наблюдается достоверное уменьшение ИВР на 29%. Динамика этих показателей свидетельствует о смещении вегетативного баланса в сторону усиления парасимпатических влияний, что характерно для восстановительного периода. При этом отмечается выраженное достоверное увеличение TP на 54%.

При выполнении ФП слабовидящими студентами после проведения тренінгів у них наблюдается небольшое (на 3%) увеличение ИН, адекватно отражающее реакцию организма на физическую нагрузку данной мощности (таблица 4).

Таблиця 4. Динаміка показателів ВСР слабовидящих студентів при виконанні функціональної проби Мартине після проведення тренінгів, $M \pm m$.

Показатель	До ФП	После ФП
ИН, усл. ед.	66,28 ± 10,59	68,1 ± 15,93
ИВР, усл. ед.	91,09 ± 12,69	86,31 ± 17,21
HF, мс ²	969,92 ± 320,71	1160,55 ± 373,07
LF, мс ²	1870,44 ± 287,42	1403,94 ± 219,14*
LF/HF	2,969 ± 0,4567	1,725 ± 0,2354*
TP, мс ²	4673,0 ± 725,31	5352,16 ± 844,14

* – $p < 0,05$ – статистическая достоверность различий по критерию Вилкоксона.

Также регистрируется повышение активности парасимпатического автономного контура регуляции – повышение HF на 20%. При этом значения LF реципрокно снижается на 25% ($p < 0,05$), что приводит к нормализации симпато-парасимпатического баланса – LF/HF достоверно снижается на 42%, а ИВР – на 5%. Увеличение суммарной мощности спектра вегетативной регуляции кровообращения в восстановительный период носит умеренный характер и приближается к верхней границе нормы (TP увеличивался на 15%).

Таким образом, у слабовидящих студентов до проведения тренінгів динамика исследуемых показателей ВСР при выполнении ФП свидетельствует о снижении адаптационных возможностей сердечнососудистой системы. Отмечается парадоксальное снижение ИН после физической нагрузки, что, по мнению ряда авторов, свидетельствует об уменьшении адаптационных резервов организма. Это подтверждается изменениями симпато-парасимпатического баланса – значительное повышение активности парасимпатического звена ВНС не сопровождается изменениями симпатической активности. В тоже время у слабовидящих студентов после тренінгів наблюдаются типичная ответная реакция после физической нагрузки в восстановительном периоде – усиление парасимпатических влияний и ослабление симпатической активности ВНС, умеренное повышение ИН и TP. Такая

динамика ответных реакций организма слабовидящих студентов на ФП свидетельствует о том, что после проведения тренировок наблюдается нормализация баланса между симпатическим и парасимпатическим отделами вегетативной нервной системы, оптимизация нейрогуморальной регуляции сердца и увеличение адаптационных резервов организма в целом.

Выводы

Таким образом, исследование показателей ВСР при выполнении функциональной пробы показало снижение адаптационных резервов у слабовидящих студентов. Исследование динамики показателей ВСР при проведении здоровьесберегающих валеологических тренировок показало повышение адаптационных возможностей у студентов с нарушениями зрения, связанное с оптимизацией симпато-парасимпатического баланса ВНС.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баевский Р. М. Методические рекомендации по анализу variability сердечного ритма при использовании различных кардиологических систем / Р. М. Баевский, Г. Г. Иванов. — М., 2001. — 53 с.
2. Давиденко Д. Н. Здоровье и образ жизни студентов / Д. Н. Давиденко, Ю. Н. Щедрин, В. А. Щеголев — СПб.:СПбГТУИТМО, 2005. — 124 с.

УДК 687.01

ПОСТРОЕНИЕ ГЕОМЕТРИЧЕСКОЙ МОДЕЛИ ГАРМОНИЧНОЙ ФИГУРЫ РЕБЕНКА

Декар Е. Ю.

Киевский национальный университет технологий и дизайна
Киев, Украина

Рассматривая человека как часть мироздания, мы определяем холистический подход к вопросам энергетического обмена в природе, что особенно важно для еще неокрепшего, интенсивно развивающегося организма ребенка. Форма, которая сочетает в себе симметрию и золотое сечение, есть наиболее гармоничной в общем энергоинформационном обменном процессе. Статья посвящена исследованию динамики изменений размерных признаков детской фигуры девочек младшей школьной группы, поиску наиболее гармоничной фигуры в соответствии с пропорциями золотого сечения.

Ключевые слова: гармония, гармоничная фигура ребенка, закон золотого сечения, изменение размерных признаков.

Розглядаючи людину як частину світобудови, ми визначаємо холистичний підхід до питань енергетичного обміну в природі, що особливо важливо для ще незміцнілого організму дитини, який інтенсивно розвивається. Форма, в основі якої лежать поєднання симетрії та золотого перетину, є найбільш гармонійною в загальному енергоінформаційному обмінному процесі. Стаття присвячена дослідженню динаміки змін розмірних ознак дитячої фігури дівчат молодшої шкільної групи, пошуку найбільш гармонійної фігури, яка відповідає золотому перетину.

Ключові слова: гармонія, гармонічна статура дитини, закон золотого перетину, зміна розмірних ознак.

Considering man as a part of the universe, we define holitsesticusky approach to energy metabolism in nature, which is especially important for even not strong, intensely developing organism of the child. The form, which combines symmetry and the golden ratio, is the most harmonious in general energy-exchange process. The article investigates the dynamics of changes of measurable traits child figure girls of primary school groups, search for the most harmonious shapes in accordance with the proportions of the golden section.

Key words:

Здоровье индивидуума — основное богатство, ценность государства и общества, в котором проживает человек, эквивалент и выражение свободы деятельности, ведущий системный фактор национальной безопасности. По определению ВООЗ «здоровье» — это состояние полного физического, духовного, социального благополучия, а не только

отсутствие болезни и физических дефектов. Здоровье есть необходимое условие для гармоничного роста и развития ребенка. При холистическом, целостном подходе определения здоровья, человек рассматривается как целое — как часть мироздания.

Биологический аспект существования человека связывает его с животным миром, но свою эволюцию человек совершает, прежде всего, в психической сфере. Человек, как открытая система, постоянно обменивается с окружающей средой информацией, энергией, веществом. Формами такого обмена являются питание, дыхание, движение, психо- и биоэнергоинформационный обмен [1].

Одними из составляющих здоровья являются психическое и социальное благополучие. Проявляются они в позитивных эмоциях, удовлетворенностью жизнью, чувством эмоциональной стабильности, контактами с людьми, количеством и качеством социальных связей, правильной самооценкой, свободой в творческом проявлении. Все это связано с гармоничным развитием, как всего целого, так и части мироздания — человека. Понятие гармонии возникло в глубинах античной мифологии и развивалось в тех пластах европейской культуры, которая базируется на классической античной традиции. Исходя из исторического анализа, можно проследить, как минимум, две тенденции, которые лежат в основе развития представления о гармонии. Первая связана с понятием целостности, единства. И все это на тле теологического понятия гармонии, как проявления Божественного творения. Вторая, что идет от пифагорейско-платоновской эстетики, сводит гармонию к количественному соотношению, определенных математических пропорций. История искусств убедительно доказывает про гармоничные свойства пропорций, про то, что пропорция — метрическая инварианта гармонии [2], один из классических способов композиции, с помощью которой достигается организация формы, раскрывается внутренняя закономерность связи форм. Пропорция иллюстрирует взаимосвязь, взаимообусловленность и суровую, четкую упорядоченность членов, которые входят в нее. «Человек — мера всех вещей» — сказал Протагор (480–410 до н.э.), древнегреческий философ. И человечество в поисках соразмерности обратилось к себе, к своему телу. Человек тщательно измерял себя, ища ключ к гармонии. При этом измерение проводилось с использованием различных модулей. «Модуль — есть мера произвольная, использование модуля преследует цель точно определить пропорции...», — так определил модуль Шарль Шипье, французский теоретик искусства XIX столетия. В роли структурного модуля использовалась длина среднего пальца (Поликлет (V ст. до н.э.)), высота головы (Мирон (V ст. до н.э.), Зевксис (V–IV ст. до н.э.), Л. да Винчи (1452–1519), А. Дюрер (1471–1528), физиономическая длина лица (Микеланджело (1475–1564), Лафатер (1741–1801)). В случае размерного модуля, возникающего при построении канонов, за исходный размер принимался рост человека, который потом делился на большие или меньшие части определенных математических отношений (А. Дюрер, Л. Кетле, А. Цейзинг, Ле Корбюзье) [3]. Интересное исследование провел А. Цейзинг (1810–1876), немецкий искусствовед, в котором он проследил на материале органического и неорганического происхождения зависимость строения природных форм от закона золотого сечения. Он абсолютизировал пропорцию золотого сечения, объявив ее универсальной для всех явлений природы и искусства. Цейзинг пришел к выводу, что золотое сечение выражает средний статистический закон. Деление тела точкой пупа — важнейший показатель золотого сечения. Пропорции мужского тела колеблются в пределах среднего отношения $13 : 8 = 1,625$ и несколько ближе подходят к золотому сечению, чем пропорции женского тела, в отношении которого среднее значение пропорции выражается в соотношении $8 : 5 = 1,6$. У новорожденного пропорция составляет отношение $1 : 1$, к 13 годам она равна 1,6, а к 21 году равняется мужской. С историей золотого сечения косвенным образом связано имя итальянского математика Фибоначчи. Ряд чисел 0, 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21, 34, 55 и т.д. известен как ряд Фибоначчи.

Особенность последовательности чисел состоит в том, что каждый ее член, начиная с третьего, равен сумме двух предыдущих $2 + 3 = 5$; $3 + 5 = 8$; $5 + 8 = 13$, $8 + 13 = 21$; и т.д., а отношение смежных чисел ряда приближается к отношению золотого сечения. Так, $21 : 34 =$

0,617, а $34 : 55 = 0,618$. Это отношение обозначается символом Φ . Только это отношение — $0,618 : 0,382$ — дает непрерывное деление отрезка прямой в золотой пропорции. Возвратимся к тому, что человек является открытой системой, обменивающейся с окружающим его миром энергией. Тогда можно предположить, что он как «любой знак или символ влияет на окружающую среду через изменение геометрии физического вакуума и упорядочивание окружающего хаотического излучения (или, наоборот, разрушает порядок и вносит хаос) ...пространственные структуры со сторонами в пропорции «золотого сечения» — излучают энергию. Структуры, не имеющие такие пропорции, — втягивают энергию [4]. Что подтверждено теорией торсионных полей. Отсюда следует, что человек, имеющий фигуру, соответствующую золотому сечению, более гармонично взаимодействует с окружающей средой, участвуя в едином энергоинформационном обменном процессе. Он способен интуитивно чувствовать пропорции золотого сечения. Работая над картиной, вышивкой, костюмом, дизайном любой формы, сам того не зная, закладывает его в свои творения. Ничего удивительного, золотая пропорция у нас всегда перед глазами, в виде самих себя. Хочу предостеречь от фанатизма. Присмотритесь, как прекрасны наши дети. Разве они не лучшие творения на Земле? А ведь пропорции фигуры ребенка далеки от золотых. Должно пройти много лет, чтобы маленький человек вырос в гармоничную личность, преодолевая трудности постоянного перехода из одного состояния во все более и более совершенное.

Объектом исследования данной работы есть закономерности изменения формы тела ребенка в процессе онтогенеза под действием внешних и внутренних факторов.

Цель работы: исследование динамики изменений размерных признаков детской фигуры девочек младшей школьной группы г. Киева в соответствии с пропорциями золотого сечения.

Результаты и их обсуждения

Были проведены антропометрические измерения девочек младшей школьной группы, возрастные границы которой соответствуют 6,6–11,5 лет. Эксперимент проводился согласно требованиям ГОСТ 17916-86 методом однократного поперечного исследования в школах города Киева. Согласно методике [5], учитывая особенности изменения размерных признаков в период роста и развития ребенка, обмер, и дальнейшая обработка данных были проведены в узких одногодичных периодах. Объем выборки, составил 500 человек, по 100 человек в каждом годичном возрастном периоде. Была разработана программа обмера из 22 размерных признаков (р.п.) и 6 описательных характеристик. Для построения эскиза графической модели гармоничной фигуры ребенка были проведены такие этапы работы: — выявлены и установлены новые типовые фигуры современных девочек младшей школьной группы; — проведен анализ на соответствие новых типовых фигур размерам действующих стандартов; — по схемам В. Г. Штефко и А. Д. Островского были исследованы типы телосложения девочек младшей школьной группы.

Установлены 12 вариантов типов и выявлены те, которые чаще всего встречаются в выборке; — новые типовые фигуры девочек были распределены по типам телосложения; — был проведен анализ достаточных и необходимых размерных признаков для построения модели гармоничной фигуры. Были выполнены эскизы четырех современных типовых фигур: 122–60–54, 128–64–60, 134–64–57, 146–68–60. Их изображения строились с помощью компьютерной программы Xara XtremePro.

По размерным признакам задавались параметры высот и ширин. Очерчены абрисы фигур и окончательно построены изображения, при использовании визуальных характеристик типов телосложений. Для поиска гармоничной фигуры была использована проекционная сетка — система горизонтальных и (или) вертикальных линий.

Проекционная сетка представляла собой четыре горизонтальные линии, которые обозначают уровни антропометрических поясов, и строилась на основе золотого сечения. Для определения гармоничных членений детской фигуры использовался коэффициент пропорционирования известный как число ϕ ряда Фибоначчи. Если обозначить рост ребенка

отрезком AC(h), расстояние от верхней точки до пупка АВ(m), а расстояние от пупка до пола ВС(n), (рис.1) то, по правилу золотого сечения, получим пропорцию: $n/m=h/n=1,618$. Это число справедливо для всех детских возрастных групп.

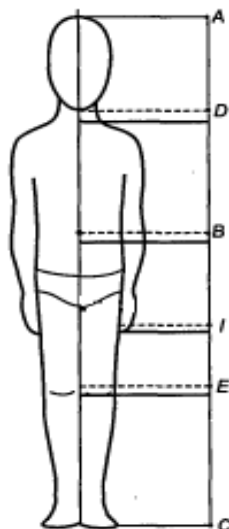


Рис.1. Пропорциональное членение фигуры ребенка:

- членение современной типовой фигуры ребенка
- членение фигуры по принципу золотого сечения

Тогда, в соответствии со шкалой построения пропорциональной фигуры по принципу ряда Фибоначчи, можно получить пропорции всех других горизонтальных линий:

- $AC/BC=BC/AB=1,618$ (линия талии);
- $BC/EB=BE/EC=1,618$ (линия колена);
- $BE/BI=BI/IE=1,618$ (линия высоты среднего пальца);
- $BD/AD=AB/BD=1,618$ (линия точки основы шеи).

На эскизы типовых фигур была наложена проекционная сетка. Это дало возможность проанализировать, на сколько пропорции тела современного ребенка отличаются от пропорций идеальной гармоничной фигуры. Сравнительный анализ показан в таблице 1. По результатам анализа, можно сделать вывод, что только две современные типовые фигуры: 134-64-57 и 146-68-60 — наиболее соответствуют гармоничным фигурам, построенным по принципу золотого сечения.

Таблица 1 Сравнительный анализ современных типовых фигур девочек 6,5–11,5 лет и гармоничных фигур по основным размерным признакам

Название, обозначение р. п.	Современные типовые фигуры											
	122-60-54			128-64-60			134-64-57			146-68-60		
	Типовая фигура	Гармонична я фигура	Разница	Типовая фигура	Гармонична я фигура	Разница	Типовая фигура	Гармонична я фигура	Разница	Типовая фигура	Гармонична я фигура	Разница
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Р	122,0	122,0	0	128,0	128,0	0	134,0	134,0	0	146,0	146,0	0
Втош	97,5	104,2	-6,7	105,7	109,3	-3,6	110,0	114,4	-4,4	121,5	124,3	-3,0
Вптр	48,0	42,0	6,0	51,0	48,7	2,3	57,5	51,2	6,3	56,0	55,7	0,3
Вт	75,5	75,4	0,1	78,2	79,1	-0,9	83,0	82,8	0,2	92,4	90,2	2,2
Высота колена	38,0	24,2	13,8	36,4	30,2	6,2	41,0	31,6	9,4	42,8	34,4	8,3

Выводы: дальнейшая работа будет посвящена изучению динамики изменения размерных признаков в период роста и развития ребенка в узких одногодичных периодах относительно пропорций золотого сечения и поиску путей гармонизации детской фигуры.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гончаренко М. С. Валеопедагогические основы духовности / М. С. Гончаренко Учебное пособие. — Х.: ХНУ имени В. Н. Каразина, 2007. — 400с.
2. Антология мировой философии: В 4т. — М.: Мысль, 1969. — Т.1. — Ч.1. — 576 с. Т.2. 776 с.
3. Мак-Уини. Обзор по эстетическим измерениям — Семиотика и искусствометрия. М.: Мир, 1972. — С. 198–215.
4. Гоч В. П. Теория причинности / В. П. Гоч, С. В. Белов. — 2-е изд., доп. — Севастополь: Издатель Александр Карпин, 2003. — 344 с., ил.
5. Дунаевская Т. Н. Размерная типология населения с основами анатомии и морфологии. / Т. Н. Дунаевская Е. Б. Коблякова, Г. С. Ивлева. Учебник для ВУЗов — Легкая индустрия. — 1973 — 232 с.

УДК 613.89:81'276.12-058.833

ЗНАЧЕНИЕ ЭКОЛОГО-ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ СЕМЬИ

Елизарова С. В.

Одесский валеологический центр «Эльфэль»

Одесса, Украина

В статье обосновывается необходимость воспитания валеологической и экологической культуры родителей, как основного фактора сохранения психосоматического здоровья в семье. В ней раскрывается роль и значение экологически чистого пространства, которое формируется качеством мысли, отношением к словам, взаимоотношениями в семье и отсутствием энергоинформационной нагрузки, совершенствованием себя и развитием творческих возможностей. Уделяется внимание развитию новых методов обучения взрослых, основанных на расширении их уровня мировоззрения.

Ключевые слова: экология, валеология, компетентность, здоровье, культура, духовность, энергетическое поле, семья, образование, воспитание.

У статті обґрунтовується необхідність виховання валеологічної та екологічної культури батьків, як основного чинника збереження психосоматичного здоров'я в родині. В ній розкривається роль і значення екологічно чистого простору, який формується якістю думки, ставленням до слів, взаєминами в родині і відсутністю енергоінформаційного навантаження, вдосконаленням себе і розвитком творчих можливостей. Приділяється увага розвитку нових методів навчання дорослих, заснованих на розширенні їх рівня світогляду.

Ключові слова: Екологія, валеологія, компетентність, здоров'я, культура, духовність, енергетичне поле, сім'я, освіта, виховання.

The paper shows the need for education valeological and ecological culture of parents as the primary factor in the preservation of psychosomatic health in the family. The role and importance of clean space that is formed by the quality of thought, attitude toward him, the relationship in the family and lack of energy load.

By perfection itself and by development of creative possibilities. Attention is paid to the development of new methods of adult education, based on the expansion of their level of worldview.

Keywords: Ecology, valeologiya, competence, health, culture, spirituality, power field, monogynopaedium, education, education.

В современном обществе проблема создания здоровьесберегающей среды в семье является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что вопрос сохранения и укрепления здоровья детей и родителей стоит сегодня особенно остро. Именно семья, в наше время, является основой для формирования здоровой среды, гармонично развитой личности и главным институтом воспитания, отвечающим не только за социальное воспроизводство

населения, но и за воссоздание здорового образа жизни. Здесь возникает потребность рассматривать вопросы экологии, валеологии и педагогики в неразрывной связи и говорить о необходимости повышения эколого-валеологической компетентности родителей.

Развитие валеологической компетентности родителей сегодня является важной педагогической проблемой, которая мало изучена. Низкий уровень валеологической компетентности родителей, отсутствие обучающих центров и квалифицированных преподавателей, сильно ограничивает возможность внедрения продуктивного и принципиально нового подхода к вопросу формирования здоровьесберегающей среды в семье.

Это должно заставить учёных активно развивать обучающие программы в сфере эколого-валеологического воспитания в современной семье, т. к. именно семья является основой, где закладывается будущее здоровье человека и рождается его духовно-нравственный, творческий и интеллектуальный потенциал.

Актуальность вопроса увеличивается, если увидеть следующие противоречия:

- Между объективной потребностью общества в развитии здоровой семьи, способной воспитать здорового ребенка и недостатком условий для реализации этой потребности с помощью инновационных валеологических программ.

- Между серьёзными наработками духовно-нравственного воспитания в семье, как основного способа развития валеологической компетентности и недостаточным его применением в системе образования.

- Между неотложной необходимостью практики в эколого-валеологической компетентности у взрослых и недостатком разработанного учебного материала, в основе которого знания об экологии слова, экологии мысли, информационной экологии вещей.

В связи с этим, нам важно обосновать необходимость формирования эколого-валеологической компетентности у взрослых, как основного фактора создания здоровьесберегающей среды в семье.

В данной работе мы ставили перед собой задачу сравнить уровень тревожности в семьях, развивающих эколого-валеологическую компетентность, и в семьях, где такая компетентность отсутствует.

Психолого-педагогическая литература по проблеме валеологического образования определяет, что эколого-валеологическое просвещение — это процесс, который направлен на сохранение и укрепление здоровья детей, родителей, его осуществление связано с изменением отношения к здоровью родителей, ребенка, это инновационный процесс, его осуществление связано с перестройкой в сознании всех участников педагогического процесса.

Неблагоприятная экологическая ситуация диктует необходимость подготовки валеологически грамотных родителей, имеющих целостную, внутренне согласованную, естественнонаучную картину мира. Родителей способных самостоятельно находить ответы на актуальные вопросы, совершенствовать свои жизненные планы в отношении к природе и собственному здоровью.

Как свидетельствуют результаты статистики, даже те родители, которые обладают большим объёмом информации о формировании физического и психического здоровья не могут высказать полного удовлетворения состоянием здоровья в своей семье. Сегодня существует огромное количество методов и подходов к проблеме сохранения здоровья, но немногие знают, что здоровье во многом зависит от атмосферы, царящей в семье, от состояния энергоинформационного пространства, которое обеспечили родители.

В современных обучающих методиках недостаточно хорошего научного материала о влиянии организующего энергетического поля на здоровье семьи. Формирование здоровья только физиологическими методами сегодня недостаточно, требуется новый, расширенный взгляд на данный вопрос.

Сегодня уже научно подтверждено, что человек имеет биополевую структуру (Кирлиан), существует теория, согласно которой электромагнитные поля в биологических

системах играют регуляторную и информационную роль (П. П. Гаряев). Эксперименты И. Думитреску подтвердили голографическую природу организующего энергетического поля, которое окружает все предметы и живые организмы, формирует человека как живую систему и влияет на окружающее его пространство, а также на другие живые системы. Состояние нашего здоровья во многом зависит от состояния этого поля, и именно поэтому мы можем говорить о том, что современным родителям необходимо быть компетентными в вопросах рассматривающих тесное взаимодействие тонкого энергетического мира и плотного физического.

Обладая этими знаниями, понимание экологически чистого пространства становится намного шире, а сам аспект сохранения здоровья семьи, также значительно увеличивает свои границы. Здоровье становится зависимым не только от соблюдения требований гигиены, но и от отношений внутри семьи, от отношения к словам, которые мы произносим. Важно какой акцент имеют мысли у родителей положительный, жизнеутверждающий или негативный, разрушительный. Не менее важно, какие телепередачи вызывают интерес, на какие образы настроены взрослые в семье — лёгкие жизнеутверждающие или на искаженные, обезображенные.

Взрослым необходимо знать об экологии слова, речи. Слово — это, прежде всего вибрация, поэтому каждое слово употребляемое человеком, формирует соответствующее энергетическое воздействие на собственное силовое поле человека, а так же на поле близких ему людей (Масару Эмото). Некрасивые, грубые слова, искаженные обороты речи могут послужить причиной для возникновения и развития различного рода заболеваний. Осознанное отношение к своим словам, к интонации, жестам особенно важно проявлять в семье, т. к. именно здесь строятся взаимоотношения между супругами, и закладывается основа гармоничного развития и здоровья ребёнка.

Под эколого-валеологической компетенцией родителей необходимо понимать уровень образованности, характеризующийся знаниями о валеологической и экологической культуре и основах безопасной жизнедеятельности.

На примере данной работы, мы рассматриваем влияние на здоровье всех членов семьи более тонких энергетических уровней, взаимодействий в пространстве семьи. Например, знания о том, что некрасивые, негармоничные вещи искажают организованное энергетическое пространство, позволило бы взрослым более тщательно подходить к выбору вещей. Что излучает картина, на которой изображены образы разрушения, увядания, смерти? Огромное количество не нужных вещей, которые мы давно не используем по назначению, личные вещи людей которые умерли, разрушительно влияют на пространство в квартире, запускают негативные процессы, способствующие усталости и раздражительности, могут стать причиной развития различных заболеваний. Компетентность в таких аспектах экологии послужила бы поводом для пересмотра своих вещей и очищения своего пространства от лишней информационной нагрузки, что благоприятно отразится на физическом и эмоциональном здоровье всех членов семьи.

Применение эколого-валеологических знаний обеспечивает не просто надёжную основу для формирования здоровья, но и раскрывает творческие возможности личности, расширяет сознание, гармонизирует духовную составляющую.

Необходимо подчеркнуть, что возможность наработки эколого-валеологической компетенции у взрослых, мы видим в постижении валеологической этики и экологической культуры, как важнейшей части общей культуры человека.

На современном этапе исследователи в основном решают проблему формирования знаний о здоровье, способах его сохранения и укрепления с позиций только физиологического подхода, рассматривая роль образа жизни и наследственности в обеспечении здоровья, либо подчеркивают только влияние факторов окружающей среды на формирование здоровья, используя экологический подход. Однако о факторах гармонизирующих собственную биополевую структуру человека и о том, какой

положительный импульс это даёт здоровью мало где упоминается в обучающих педагогических программах.

На сегодняшний день ещё не полностью выявлена система эколого-валеологических направлений, которая позволила бы рассмотреть проблему здоровья человека комплексно. Элементы экологической культуры, накопленной человечеством, не могут не меняться во времени. Наш мир постоянно меняется и выработанные годами экологические нормы и правила тоже должны корректироваться и преобразовываться.

На современном этапе жизни актуальна разработка современной базисной обучающей программы, построенной на новых научных идеях экологического и валеологического образования посредством которой взрослые могли бы нарабатывать эколого-валеологическую компетентность.

Итак, рассматривая эколого-валеологическую направленность новых методов обучения взрослых, мы опираемся на выдвинутые современным обществом основные требования к формированию здоровья в семье.

1. Для формирования эколого-валеологической компетентности и применение этих знаний на практике, а также воспитания ответственного отношения к здоровью и природному окружению необходимо, чтобы образовательный процесс обеспечивал показ и раскрытие величия силы творчества и силы духа человека, обеспечивал раскрытие стремления к совершенству и аспекта взаимопомощи.

2. На сохранение здоровья детей в семье влияет также и состояние внутреннего мира и особенности образа жизни всех членов семьи. Отношение взрослых к себе и друг к другу, и взаимодействие с природой и окружающим миром. Важно исключить агрессию, образы насилия, безысходности, нетерпимости к другим людям. Можно с уверенностью сказать, что риск заболеваний у детей физиологического и психологического характера будет значительно снижен, если эколого-валеологическое образование родителей обеспечит им компетентность в вопросах организации здорового образа жизни, обеспечит знания и умение в определении качества энергетического поля, окружающего все живые системы. А также при наличии творческого подхода к самосовершенствованию и организации себя и гармонизации окружающего пространства.

3. Эколого-валеологическое образование должно осуществляться на основе принципов целостности и единства, которые отражают специфику экологии человека, окружающего мира и валеологии как интегративных областей знаний, необходимость целостного подхода к исследованию проблемы сохранения и укрепления здоровья в современных непростых условиях жизни.

4. Валеологические принципы сохранения, укрепления и формирования здоровья основываются на биологических процессах гомеостаза и адаптации, а так же на теории, следовательно которой, электромагнитные поля в биологических системах играют регуляторную и информационную роль, а особенности организации собственного силового поля, которое формирует человека и определяют состояние здоровья. Понимание закономерностей протекания этих процессов дает возможность управлять функциональным состоянием своего организма, целенаправленно повышать уровень здоровья в семье.

На базе Одесского валеологического центра «Эльфэль», где проходят поэтапное обучение и нарабатывают эколого-валеологическую компетентность взрослые, проводятся исследования. Данные исследования показывают, как влияет познание нового и организованные с помощью этих знаний подходы к формированию собственной жизни на здоровье детей в семье.

Рассмотрим уровень тревожности взрослых в семье. Реактивную и личностную тревожность мы оценивали по шкале самооценки Ч. Д. Спилберга, Ю. Л. Ханина. Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большинство ситуаций как угрожающие и реагировать на них состоянием тревоги. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая личностная тревожность напрямую связана с эмоциональными и невротическими срывами и

психосоматическими захворюваннями. Якщо в родині проявлен і постійно переважає високий рівень тривожності, це, безсумнівно, вплине на стан здоров'я всіх членів родини, особливо дітей. В тестуванні брали участь батьки, навчаючись в валеологічному центрі і набуваючі еколого-валеологічну компетентність і батьки з традиційними поглядами на родинні стосунки, на виховання, на формування і збереження здоров'я дітей. Група 1 — дорослі, володіючі еколого-валеологічною компетентністю. Група 2 — дорослі, не володіючі еколого-валеологічною компетентністю. Результати заповнених бланків сумувалися і ділилися на кількість респондентів, з цього виводився середній бал реактивної і особистої тривожності.

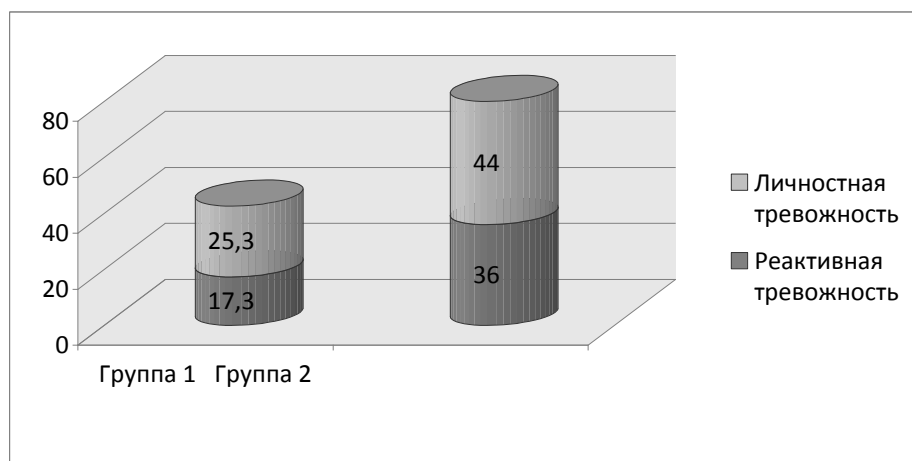


Рис. 1. Рівень тривожності в родині

Таким чином, ця робота дозволяє зробити наступні висновки. Якщо дорослі члени родини займаються самоосвітою, постійно підвищують рівень знань в області екології і валеології, розширюють свідомість, тобто набувають еколого-валеологічну компетентність, то рівень реактивної і особистої тривожності у них буде низьким, так як набута компетентність дозволяє грамотно орієнтуватися в складних ситуаціях і творчо підходити до рішення найскладніших питань.

Крім того, в родині, де дорослі вміють зберігати спокійне зрівноважене стан в будь-якій ситуації, де можуть проявляти любов замість агресії, розуміння і прощення замість нервозності і образ, безсумнівно, буде формуватися здоров'я зберігаюче середовище, що призведе до творчого розвитку особистості. Розвиток нових методів навчання і розширення рівня світогляду дорослих дасть можливість керувати функціональним станом свого організму, цілеспрямовано підвищувати рівень здоров'я в родині.

ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л. Валеологія і фундаментальна наука / Г. Л. Апанасенко // Вісник Харківського нац. ун-ту імені В. Н. Каразіна: Серія: Валеологія: сучасність і майбутнє. — Х.: Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, 2008. — № 818. — Вип. 5 : Теорія та методика навчання фізичній культурі та основам здоров'я. — С. 12–37.
2. Алексеев Т. Ф. Готовність батьків до виховання дитини // Педагогіка і психологія. / Т. Ф. Алексеев. — 2002. — №4. — С. 37–41.
3. Большая энциклопедия психологических тестов / [автор-сост. А. Карелин]. — М.: Эксмо, 2008. — 416 с.
4. Гаряев П. П. Волновой генетический код / П. П. Гаряев. — М., 1997. 138 с.
5. Гончаренко М. С. Валеопедагогические основы духовности / М. С. Гончаренко. — Х.: Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина, 2007. — 400с.
6. Гоч В. П., Белов С. В. Теория причинности / В. П. Гоч, С. В. Белов. — Севастополь: Издатель Александр Карпин, 2003. — 338 с.
7. Скрипченко О. В. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та інш. — К.: Каравелла, 2006. — 344с.
8. Эйдельмиллер Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдельмиллер, Н. В. Александрова, В. Юстицис. — СПб.: Питер, 2001. — 656 с.

УДК: 378.14 + 378.17

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ СТУДЕНТОВ ДИСЦИПЛИНАМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Ефимова В. М., Макаричева А. А.

Таврический национальный университет им. В. И. Вернадского
Симферополь, Украина

Получены данные о достоверных различиях выраженности личностных качеств, определяющих поведение в экстремальной ситуации и способствующих безопасной профессиональной деятельности (рациональность, готовность к риску, экстраверсия-интроверсия) у студентов-первокурсников различных факультетов. На основании полученных результатов обосновывается необходимость дифференцированного подхода в преподавании дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» как одной из дисциплин здоровьесберегающей направленности.

Ключевые слова: здоровьесберегающие дисциплины, дифференциация обучения, личностные свойства, студенты, безопасность жизнедеятельности.

Отримано дані про достовірні відмінності вираженості особистісних якостей, що визначають поведінку в екстремальній ситуації і сприяють безпечній професійній діяльності (раціональність, готовність до ризику, екстраверсія-інтроверсія) у студентів-першокурсників різних факультетів. На підставі отриманих результатів обґрунтовується необхідність диференційованого підходу у викладанні дисципліни «Безпека життєдіяльності» як однієї з дисциплін здоров'язберігаючої спрямованості.

Ключові слова: здоров'язберігаючі дисципліни, диференціація навчання, особистісні якості, студенти, безпека життєдіяльності.

The paper informs about significant differences of the studied personal qualities that define the behavior in the extreme situations and promote the future safe professional's activity (readiness for risk, rationality, extroversion-introversion) of first year students of different faculties. On the basis of the results obtained the paper argues the necessity of implementation of differential approach to the process of teaching students the course of Life Safety as one of the health protective disciplines.

Key words: health protective disciplines, differentiation of teaching, personal qualities, students, life activity safety.

Важной составляющей профессиональной подготовки студентов в высших учебных заведениях является изучение дисциплин здоровьесберегающей направленности, в частности, курсов «Безопасность жизнедеятельности», «Основы охраны труда», «Основы валеологии» и др. Последние годы данным учебным дисциплинам уделяется достаточное внимание как инструментам формирования здоровьесберегающей компетентности будущего специалиста [3], социальной адаптации [1] и профессиональной социализации [9]. Однако потенциал данных дисциплин в контексте здоровьесберегающего развития личности будущего специалиста используется не в полной мере [2], что связано, на наш взгляд, с дефицитностью индивидуализации процесса обучения [4], отсутствием дифференцированного подхода к обучению. Поиск направлений и критериев дифференциации, разработка дифференцированного подхода к обучению дисциплинам здоровьесберегающей направленности является актуальной, но недостаточно исследованной проблемой теории и методики профессионального образования.

Работа выполнена согласно плану НИР Таврического национального университета имени В.И. Вернадского «Применение здоровьесберегающих технологий в высшем профессиональном образовании» (номер госрегистрации 0111U000953).

Цель работы: обоснование некоторых видов обеспечения дифференциального подхода в обучении дисциплинам здоровьесберегающей направленности.

В проекте Концепции гуманитарного развития Украины на период до 2020 года определено, что в социальном измерении гуманитарное развитие означает создание для человека, как

главного национального ресурса, условий для реализации всех его возможностей [7]. В высшем учебном заведении к таким условиям относится, прежде всего, индивидуализация обучения, обеспечение которой требует дифференциации студентов согласно определенным принципам, обеспечивающим успешность решения образовательных задач.

В. И. Загвязинский рассматривает понятие «дифференциация» (от лат. *differentia* — различие, разница) как учет индивидуальных особенностей группы учащихся на основе их совпадающих или близких особенностей, что позволяет ориентировать на эту группу содержание и способы учебной работы [5, с. 80]. Ученый подчеркивает, что дифференциация — это путь к индивидуализации без потери того ценного, что несет коллективная работа и реально достижимый уровень индивидуализации при сохранении классно-урочной системы.

В Педагогическом энциклопедическом словаре понятие «дифференциация обучения» определяется как форма организации учебной деятельности, при которой учитываются склонности, интересы и способности учащихся, но при этом не снижается общий (базовый) уровень общеобразовательной подготовки; предполагает создание на основе определенных признаков (интересов, склонностей, способностей, достигнутых результатов) мобильных или стабильных учебных групп, позволяющее сделать содержание обучения и предъявляемые к учащимся требования существенно различными [12, с. 74].

В последние годы используется дифференциация обучения в соответствии с уровнем успеваемости обучаемых, и типологическая дифференциация на основе условного разделения по типу мышления, учебной деятельности, уровню здоровья или другим значащим для успеха обучения признакам [5, с. 81]. Дифференциация предполагает применение нескольких вариантов обучения с учетом отдельных программ, образовательных траекторий и т. п.

Дифференцированный подход в преподавании дисциплин здоровьесберегающей направленности необходим как условие формирования высокого уровня готовности личности к сохранению жизни и здоровья, безопасными действиями согласно требованиям конкретной специальности в любых нештатных ситуациях. Согласно новой Типовой программе (МОН, 2011), цель изучения дисциплины БЖД заключается в приобретении студентом компетенций, знаний, умений и навыков для осуществления профессиональной деятельности по специальности с учетом риска возникновения техногенных аварий и природных опасностей, которые могут повлечь чрезвычайные ситуации и привести к неблагоприятным последствиям на объектах ведения хозяйства [13, с. 4]. Поскольку личностные и психофизиологические качества обучаемых определяют особенности профессиональной деятельности по специальности с учетом риска возникновения техногенных аварий и природных опасностей, которые могут повлечь чрезвычайные ситуации и привести к неблагоприятным последствиям на объектах ведения хозяйства, будущий специалист должен знать особенности своего организма, психических реакций в экстремальной ситуации. Именно эти знания и умения позволят выпускнику успешно принимать ответственные решения в экстремальной ситуации, в ситуации риска для жизни и здоровья. В данном контексте важно не только помочь студенту в выявлении его личностных особенностей, но и последовательно на протяжении обучения осуществлять в рамках дисциплин здоровьесберегающей направленности формирование готовности к сохранению жизни и здоровья, безопасными действиями в профессиональной деятельности.

Дифференцированный подход к обучению студентов дисциплинам здоровьесберегающей направленности предполагает не только развитие навыков самопознания и самодиагностики актуальных состояний человека, но и разработку специальных заданий, тренингов, деловых игр, индивидуальных проектов, развивающих определенные личностные качества, необходимые для безопасной жизнедеятельности. Мы предположили, что одним из видов дифференциации в обучении дисциплинам здоровьесберегающей направленности, в данном случае, предмету «Безопасность

жизнедеятельности», может быть дифференциация по некоторым личностным качествам: показателям экстраверсии — интроверсии и готовности к риску.

Методы и материал исследования. К проведению исследования были привлечены студенты первых курсов Таврического национального университета имени В.И. Вернадского: 30 студентов факультета славянской филологии и журналистики и 29 студентов химического факультета. Возраст обследуемых составлял 16-18 лет, в группах были 52 девушки и 7 юношей. Исследование проводили во втором семестре, после завершения периода адаптации к новой социальной среде.

Оценку показателей личностных свойств студентов, влияющих на формирование здоровьесберегающей компетентности, осуществляли с использованием теста-опросника «Личностные факторы принятия решений» Т.В. Корниловой (ЛФР-25) и теста-опросника для диагностики свойств и типа темперамента Г. Айзенка (Eysenck Personality Questionnaire, EPQ).

Тест-опросник ЛФР-25 направлен на диагностику готовности к риску и рациональности как личностных свойств, проявляемых в процессах подготовки и реализации принятия решений [8]. ЛФР-25 состоит из 25 утверждений, с которыми обследуемый должен согласиться (в этом случае ему начисляется 1 балл), не согласиться (в этом случае ему начисляется минус 1 балл) или частично согласиться (0 баллов). Каждое утверждение относится к одной из двух шкал – «рациональность» и «готовность к риску». По числу совпадений с ключом подсчитывали общий балл по каждой шкале.

Тест-опросник Айзенка содержит шкалу из 24 вопросов для оценки экстраверсии-интроверсии, шкалу из 24 вопросов для оценки нейротизма, а также шкалу из 9 вопросов для определения искренности ответов [6]. Если показатель по последней шкале превышал 5 баллов, результаты исследования по шкалам экстраверсии-интроверсии и нейротизма не учитывали.

Числовые данные обрабатывали с применением программного пакета «STATISTICA – 6.0». Статистическую обработку материала проводили путем вычисления среднего значения исследуемых величин (\bar{d}) и ошибки среднего ($S\bar{d}$). Для проверки переменных на нормальность распределения использовали критерий Колмогорова-Смирнова. Для оценки достоверности различий между показателями в обеих группах использовали непараметрический критерий Манна-Уитни. Для оценки связей между показателями использовали непараметрический критерий ранговой корреляции Спирмена [11]. Статистически значимыми считали показатели с уровнем значимости $p < 0,05$.

Результаты и обсуждение. Выбор групп студентов, привлеченных для обследования, был связан со спецификой их будущей профессиональной деятельности. Выпускники химического факультета ТНУ работают на потенциально опасных производствах Крыма, в системе Министерства чрезвычайных ситуаций, преподают химию в учебных заведениях, что предполагает высокий уровень готовности к действиям в нестандартной ситуации. Будущие журналисты, студенты факультета славянской филологии и журналистики, также должны быть готовы в профессиональной деятельности в экстремальных условиях.

Результаты сравнительного анализа данных, полученных с помощью теста Айзенка, выявили различия показателей между обследованными группами студентов (табл. 1). Установлено, что средний уровень экстраверсии-интроверсии у студентов-журналистов составил $15,93 \pm 0,56$ баллов, что с высокой степенью статистической значимости ($p = 0,001$) превышает средний уровень студентов-химиков ($12,78 \pm 0,69$).

Типичными поведенческими проявлениями экстраверта являются высокая общительность, оптимистичность, стремление к развлечениям, склонность к риску, импульсивность и недостаточный самоконтроль. Для интровертов, напротив, характерно поведение необщительное, спокойное, рассудительное. Интроверты часто погружены в себя, в большинстве случаев спокойны, уравновешенны, их действия продуманы и рациональны.

Статистически значимых различий в показателях уровня нейротизма студентов обследованных групп отмечено не было (табл. 1).

Таблица 1. Показатели студентов химического и филологического факультетов ($\bar{x} \pm S\bar{x}$) по шкалам «экстраверсия-интроверсия» и «нейротизм» опросника EPQ (в баллах)

Характеристики личности	Студенты химического факультета	Студенты факультета славянской филологии и журналистики
Экстраверсия	12,78 ± 0,69	15,93 ± 0,56***
Нейротизм	15,26 ± 0,76	15,48 ± 1,03

Примечание: *** — различия статистически значимы при $p \leq 0,001$

Несмотря на значительные различия в показателях по шкале «экстраверсия-интроверсия», уровень нейротизма у студентов, обучающихся по направлениям подготовки «химия» и «журналистика» был практически одинаков (табл. 1), но средние значения по шкале «нейротизм» в обеих группах превышали средние значения в популяции. Вероятно, данный факт отражает особенности социальной адаптации студентов первого года обучения, следствием чего могут быть сверхчувствительные реакции, тревожность, напряженность, эмоциональная нестабильность, неуравновешенность нервно-психических процессов. Данные черты обычно характеризуют человека с повышенным уровнем нейротизма [14]. Еще одним объяснением этого факта может служить значительное преобладание лиц женского пола в составе обеих групп, поскольку известна их бóльшая предрасположенность к тревожным и нейротичным поведенческим проявлениям по сравнению с мужчинами. Данная склонность женщин по сравнению с мужчинами к развитию тревожных расстройств, в частности, депрессии и посттравматического стрессового синдрома, отмечается преимущественно вследствие избирательного реагирования на эмоционально отрицательные, стрессогенные стимулы в повседневной жизни [15, 16].

Действительно, дополнительно проведенный сравнительный анализ показал, что средний показатель нейротизма у девушек, обучающихся по направлениям подготовки «химия» и «журналистика», составил $16,2 \pm 0,68$ баллов, что статистически значимо ($p = 0,01$) превышает средний показатель юношей ($12,46 \pm 1,36$). Очевидно, именно фактор пола в значительной степени определяет выраженность такой личностной характеристики, как нейротизм, в студенческой группе. Это предположение подтверждается нашими предыдущими исследованиями, в которых показаны значительные различия в уровне нейротизма у студентов-журналистов и студентов-математиков. Математики, в составе которых преобладали юноши, демонстрировали значимо более низкий уровень нейротизма, чем журналисты, в группе которых традиционно преобладали девушки [10].

Рациональность и готовность к риску во многом определяют успешность действий специалиста в условиях экстремальных действий. Поэтому данные показатели должны учитываться в процессе обучения студентов дисциплинам здоровьесберегающей направленности. Готовность к риску понимается как личностная склонность: готовность к самоконтролю действий при заведомой неполноте или недоступности необходимых ориентиров, а также готовность полагаться на свой потенциал. Рациональность – это личностное свойство, понимаемое как готовность обдумывать свои решения и действовать при возможно более полной ориентировке в ситуации.

Результаты статистического анализа показали достоверные различия показателей готовности к риску и рациональности у студентов химического факультета и факультета славянской филологии и журналистики. Так, средний показатель рациональности, оцененный с помощью опросника ЛФР-25, в группе студентов-химиков значимо ($p = 0,02$) превышал аналогичный показатель в группе студентов-журналистов почти в два раза (рис. 1, табл. 2). В то же время средние значения по шкале «готовность к риску» были статистически значимо ($p = 0,04$) выше у журналистов по сравнению с химиками (рис. 1, табл. 3).

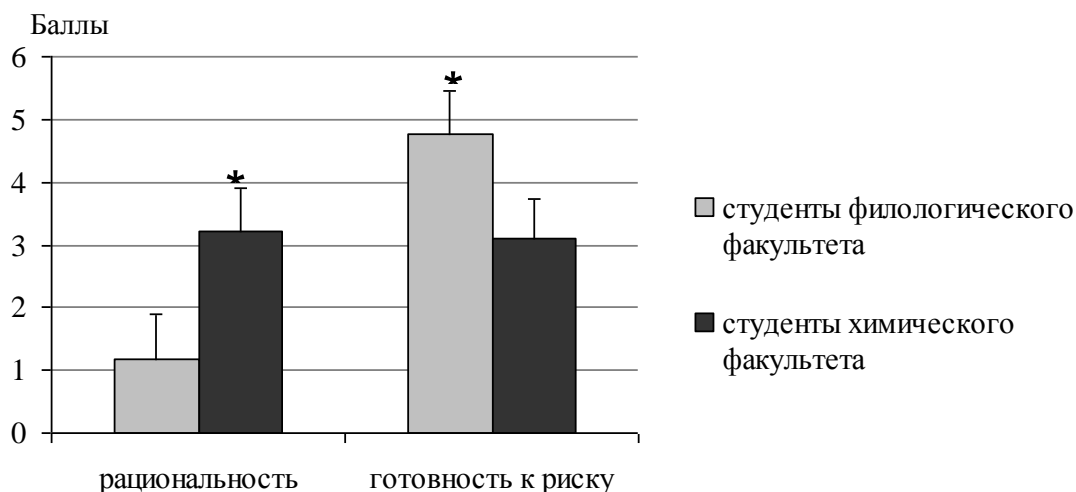


Рис. 1. Различия показателей по шкалам «рациональность» и «готовность к риску» опросника ЛФР-25 в группах студентов химического факультета и факультета славянской филологии и журналистики.

Примечание: Приведены средние значения и их ошибки. * – различия статистически значимы при $p < 0,05$

Различия отмечали не только для средних значений в группе, но и для минимальных и максимальных значений обоих показателей. Так, студенты факультета славянской филологии и журналистики характеризовались меньшими минимальными и максимальными значениями по шкале «рациональность» по сравнению со студентами химического факультета (табл. 1), тогда как аналогичные показатели по шкале «готовность к риску» у них были намного выше, достигая максимально возможного значения (табл. 2).

Таблица 1. Показатели студентов химического и филологического факультетов по шкале «рациональность» опросника ЛФР-25 (в баллах)

Группа	Среднее значение ($\bar{x} \pm S\bar{x}$)	Минимальное значение	Максимальное значение
Студенты факультета славянской филологии и журналистики	1,17 ± 0,73	- 7,0	9,0
Студенты химического факультета	3,21 ± 0,70	- 6,0	11,0

Необходимо отметить, что распределение значений показателей по обеим шкалам опросника ЛФР-25 также значительно отличалось в обеих группах. На рис. 2А изображена гистограмма распределения значений по шкале «рациональность» в группе студентов-журналистов. Отчетливо выделяются две доминирующие подгруппы со значениями в диапазоне от -2 до 0 баллов и от 4 до 6 баллов. Такое распределение свидетельствует о значительной неоднородности исследуемой личностной характеристики внутри группы студентов-журналистов.

Таблица 2. Показатели студентов химического и филологического факультетов по шкале «готовность к риску» опросника ЛФР-25 (в баллах)

Группа	Среднее значение ($\bar{x} \pm S\bar{x}$)	Минимальное значение	Максимальное значение
Студенты факультета славянской филологии и журналистики	4,77 ± 0,68	- 2,0	13,0
Студенты химического факультета	3,11 ± 0,63	- 6,0	8,0

На рис. 2Б, отражающем распределение значений по шкале «рациональность» в группе студентов-химиков, изображена классическая колоколообразная кривая нормального распределения. Это свидетельствует о том, что крайние значения признака в этой группе встречаются достаточно редко, а значения, близкие к средней величине — достаточно часто, что в целом характеризует группу студентов химического факультета по данному признаку как устойчивую и однородную. Аналогичную картину можно увидеть и на рис. 3, отражающем гистограммы распределение значений по шкале «готовность к риску».

Таким образом, результаты исследования показали, что студенты химического факультета характеризовались большей рациональностью и меньшей готовностью к риску, а также относительной интровертированностью. В группе студентов-журналистов, напротив, отмечали в целом значительно меньший уровень рациональности и большую готовность к риску, а также экстравертированность. С этих позиций полученные результаты являются логичным подтверждением того факта, что студенты естественнонаучных факультетов, как правило, отличаются повышенной серьезностью и способностью произвольно управлять собственными мыслительными процессами, т.е. быстро и активно сосредоточиваться на интересующем объекте, полностью отвлекаясь от всего остального. В то же время им присущ относительно более низкий уровень социальности, т.е. недостаточно развитое умение общаться с людьми.

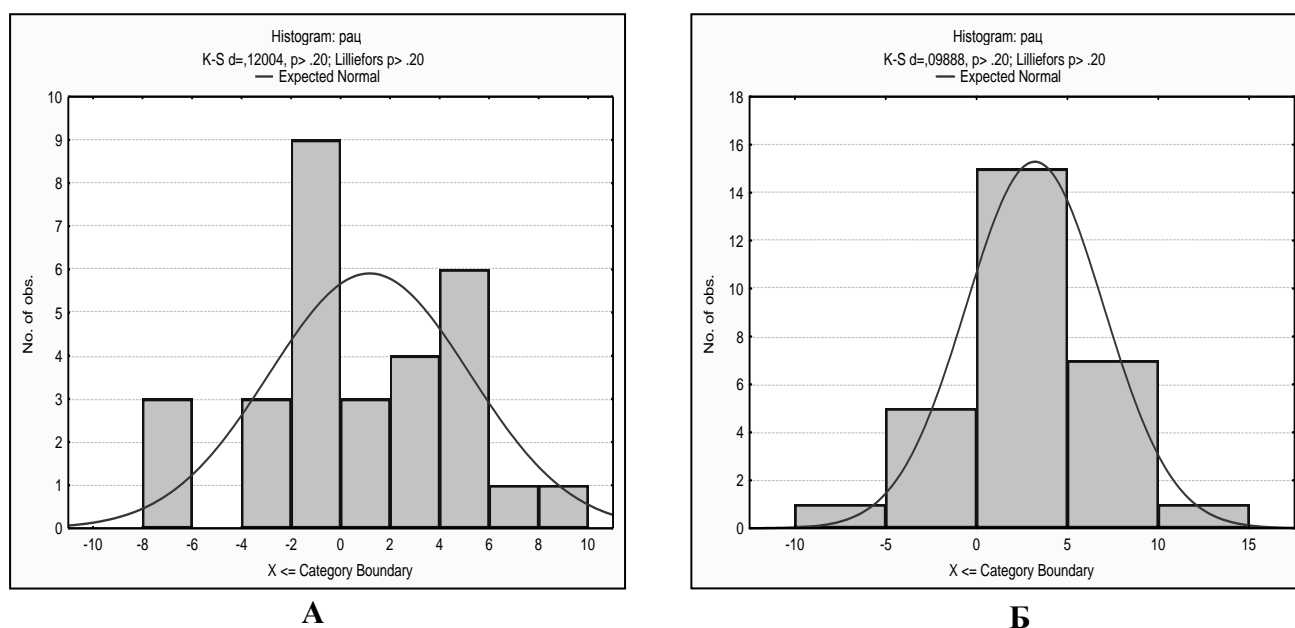


Рис. 2. Гистограммы распределения значений по шкале «рациональность» в группах студентов факультета славянской филологии и журналистики (А) и химического факультета (Б).

Полученные результаты позволяют определять, развитие каких личностных качеств будущего специалиста будет способствовать дальнейшей безопасной профессиональной деятельности, дифференцировать задания для практических занятий и самостоятельной работы.

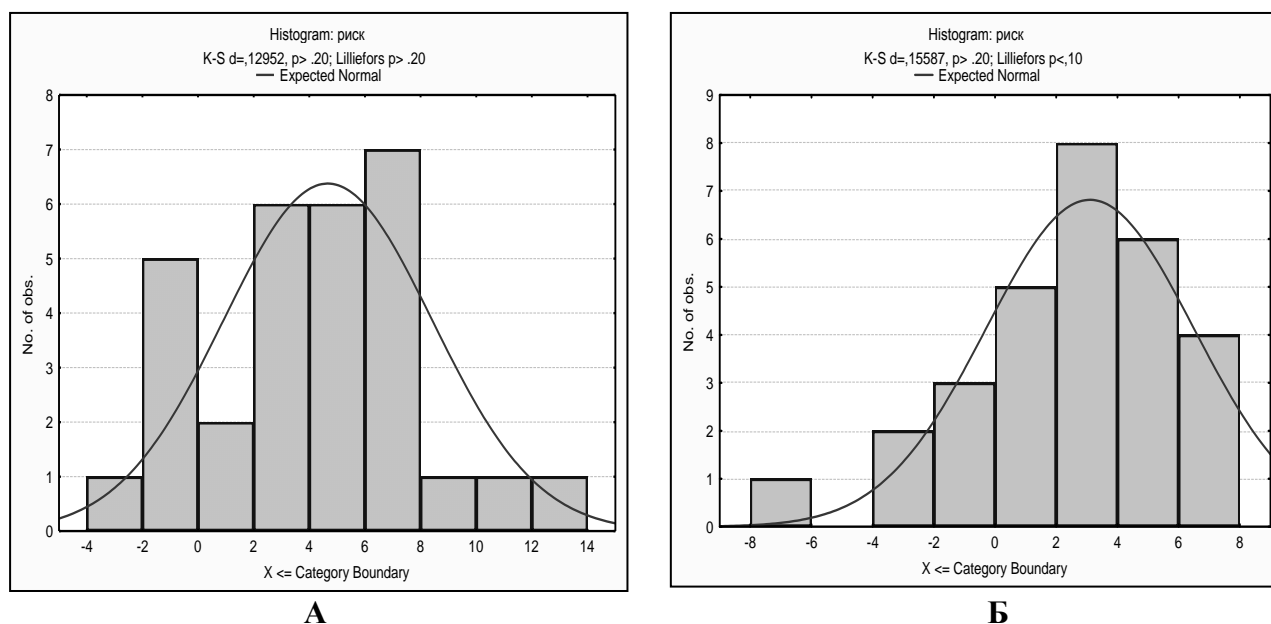


Рис. 3. Гистограммы распределения значений по шкале «готовность к риску» в группах студентов факультета славянской филологии и журналистики (А) и химического факультета (Б).

Из вышесказанного следует, что относительно более высокая экстравертированность, общительность, готовность рисковать и действовать в условиях определенной неполноты информации у журналистов, так же, как и относительно бóльшая рациональность, серьезность и интровертированность химиков, могут рассматриваться как профессионально важные качества для будущих специалистов. Неблагоприятными являются лишь крайние значения выраженности рациональности или готовности к риску. Высокие оценки по шкале «готовность к риску» и низкие оценки по шкале «рациональность» приводят к тому, что деятельность детерминируется потребностями эмоционального плана; типична недооценка требований ситуации и переоценка собственных возможностей. Низкие оценки по шкале «готовность к риску» и высокие оценки по шкале «рациональность» связаны с боязнью принятия решений, медлительностью и пассивностью. В обоих случаях нарушено вероятное прогнозирование в деятельности. Результат — существенное снижение общей эффективности и безопасности жизнедеятельности [8].

Данные, полученные в результате обследования, позволяют выделить группу студентов, у которых выявлены низкие оценки по шкале «готовность к риску» и высокие оценки по шкале «рациональность», т.е. для них характерны боязнь принятия решений, медлительность и пассивность. В контексте обучения дисциплинам здоровьесберегающей направленности данные студенты нуждаются в развитии личностных качеств, благоприятных для решения задач обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Выводы. Использование теста-опросника «Личностные факторы принятия решений» Т.В. Корниловой и теста-опросника для диагностики свойств и типа темперамента Г. Айзенка позволяет осуществить оценку показателей личностных свойств студентов, актуальных для осуществления будущей профессиональной деятельности по специальности с учетом риска возникновения техногенных аварий и природных опасностей. Полученные показатели позволяют выделить группу студентов, нуждающихся в педагогической поддержке развития личностных качеств, способствующих безопасной профессиональной деятельности. Дифференциация студентов первого курса по личностным качествам, определяющим поведение в экстремальной ситуации, позволяет полнее использовать

потенціал дисциплін здоров'єсберегаючої направленості для формування культури безпеки майбутнього спеціаліста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баличиева Д. В. Предметное поле «Безопасности жизнедеятельности» как учебной дисциплины / Д. В. Баличиева // Человек – Природа – Общество: теория и практика безопасности жизнедеятельности, экологии и валеологии. Выпуск 1. — Симферополь: Крымское учебно-педагогическое государственное издательство, 2008. — С. 3–4.
2. Биктимирова З. З. Безопасность в концепции развития Человека / З.З. Биктимирова // Общественные науки и современность. — 2002. — № 6. — С. 135–142.
3. Ефимова В. М. К вопросу о роли и месте дисциплин здоров'єсберегаючої направленості в професійній підготовці майбутніх учителів / В. М. Ефимова // Человек – Природа – Общество: теория и практика безопасности жизнедеятельности, экологии и валеологии. Выпуск 4. — Симферополь: НИЦ КИПУ, 2011. — С. 144–147.
4. Ефимова В. М. К вопросу об индивидуализации обучения студентов в курсе «Безопасность жизнедеятельности» / В. М. Ефимова, А. А. Макаричева // Проблемы сучасної педагогічної освіти. — 2011. — Вип. 33. — Ч. 2. — С. 115–123.
5. Загвязинский В. И. Теория обучения в вопросах и ответах: учеб. пособие [для студ. высш. учеб. заведений] / В. И. Загвязинский. — М.: Издательский центр «Академия», 2006. — 160 с.
6. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2004. — 701 с.
7. Концепція гуманітарного розвитку України на період до 2020 року. Проект. — Київ, 2011. — 58 с. // http://www.ntu.edu.ua/images/stories/project/koncepciya_hum_rozvytku.doc
8. Корнилова Т. В. Психология риска и принятия решений / Т. В. Корнилова. — М.: Аспект-Пресс, 2003. — 286 с.
9. Латышева М. М. Еще одна концепция формирования курса «Безопасность жизнедеятельности» или философские вопросы проблемы безопасности жизнедеятельности / М. М. Латышева, Л. А. Васьюковец // Коммунальное хозяйство городов: **Научно-технический сборник**. — 2002. — № 35. — С. 72–75.
10. Макаричева А. А. Дифференцированный подход к обучению студентов / А. А. Макаричева // Материалы XI научной конференции профессорско-преподавательского состава, аспирантов и студентов «Дни науки ТНУ им. В. И. Вернадского», 18-20 мая 2010, Симферополь. — Симферополь: ДИАИПИ, 2011. — С. 23–24.
11. Наследов А. Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных: учебное пособие / А. Д. Наследов. — СПб.: Речь, 2004. — 392 с.
12. Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б. М. Бим-Бад; Редкол.: [М. М. Безруких, В. А. Болотов Л. С. Глебова и др.] — М.: Большая Российская энциклопедия, 2002. — 528 с.
13. Типова навчальна програма нормативної дисципліни «Безпека життєдіяльності» для вищих навчальних закладів для всіх спеціальностей за освітньо-кваліфікаційними рівнями «молодший спеціаліст», «бакалавр». — Київ: МОН, 2011. — 18 с.
14. Eysenck H. J. The biological basis of personality / Eysenck H. J. — Springfield, IL: Thomas, 1967. — 399 p.
15. Kessler R. C. Epidemiology of women and depression / R. C. Kessler // J. Affect. Disord. — 2003. — V. 74, № 1. — P. 5–13.
16. Sex differences in posttraumatic stress disorder // N. Breslau, G. C. Davis, P. Andreski [et al.] // Arch. Gen. Psychiatry. — 1997. — V. 54. — P. 1044–1048.

УДК 374.015.31:613

ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ВИХОВАНЦІВ У ПОЗАШКІЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Жаркова А. А., Кабацька О. В.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Стаття присвячена дослідженню теоретико-методичних проблем формування валеологічної культури підлітків у позашкільному закладі. Проаналізовані сучасні підходи до розуміння сутності валеологічної культури та досліджені основні шляхи її формування. Доведено, що формування мотиваційно-поведінкового компоненту валеологічної культури підлітків значно ефективніше у тій групі вихованців, де проводилися заняття за програмою розвитку особистості «Стиль життя».

Ключові слова: формування, валеологічна культура, вихованці, позашкільний заклад.

Статья посвящена исследованию теоретико-методических проблем формирования валеологической культуры подростков во внешкольном учреждении. Проанализированы современные подходы к пониманию сути валеологической культуры и исследованы основные пути её формирования. Доказано, что формирование мотивационно-поведенческого компонента валеологической культуры подростков значительно эффективней в той группе воспитанников, где проводились занятия по программе развития личности «Стиль жизни».

Ключевые слова: формирование, валеологическая культура, воспитанники, внешкольное заведение.

The thesis is deals with theoreticai and methodological problems of valeology culture of teenagers in extracurricular institution. The current approaches to understanding the essence of valeology culture have been researched. Extracurricular work has been proved to the formation of motivational and behavioral components of valeology culture is much more effective in the same group of pupils, which included sessions on personality development program «Life Style».

Key words: formation, valeology culture, pupils, extracurricular institution.

Актуальність. Аналізуючи стан здоров'я школярів України та традиційної системи освіти, визначається кілька взаємозалежних негативних тенденцій, які істотно впливають на ефективність навчально-виховного процесу. Перша тенденція – значне зниження зацікавленості й активності дітей у навчанні, друга – помітна дисгармонія фізичного й психічного розвитку значної частини школярів, а також – стрімке погіршення здоров'я дітей і учнівської молоді.

У сучасному світі має місце криза здоров'я з культурологічних позицій, пов'язана з культурно-антропологічною кризою, духовною кризою особистості. Соціокультурний світ, у якому живе людина, підтримується не тільки несвідомими матеріальними силами, але й людськими цінностями, формування валеологічної культури стає однією з найбільш актуальних проблем сучасності.

Метою дослідження є виявлення впливу занять гуртка за програмою розвитку особистості «Стиль життя», які проводяться у сільській місцевості, на формування мотиваційно-поведінкового компоненту валеологічної культури вихованців.

Об'єктом дослідження виступав процес формування мотиваційно-поведінкового компоненту валеологічної культури підлітків.

У ході дослідження було висунуто **гіпотезу**, яка ґрунтується на припущенні про те, що формування мотиваційно-поведінкового компоненту валеологічної культури підлітків буде значно ефективнішим у тій групі вихованців, де проводилися заняття за програмою розвитку особистості «Стиль життя».

Методи дослідження – *теоретичні*: аналіз наукової, філософської, психолого-педагогічної літератури, нормативних документів з питань формування валеологічної культури; *емпіричні*: анкетування (методики «Самооцінка рівня культури здоров'я підлітків» та «Закінчи речення»), спостереження; *методи математичної статистики*.

Учасники педагогічного дослідження: вихованці гуртка розвитку особистості «Стиль життя» — підлітки 7–8 класів Циркунівської загальноосвітньої школи I–III ступенів Харківського району Харківської області та підлітки 7–8 класу Харківської загальноосвітньої школи I–III ступенів № 37. Вік школярів 11–14 років. Експериментальна група — підлітки сільської школи (40 осіб), контрольна група — підлітки міської школи (47 осіб). З експериментальної групою проводилися заняття за програмою «Стиль життя», а з контрольною групою не проводилися.

Як відзначає Г. Зайцев, валеологічні дослідження вказують на дві основні причини погіршення здоров'я школярів. Перша з них пов'язана з характером освітнього процесу в школі, побудованого без урахування потреб учнів, що актуалізуються. В результаті такої суперечності у дітей виникає психічне перенапруження, яке провокує виникнення багатьох соматичних захворювань. Друга причина пов'язана з нездатністю самих учнів належним чином турбуватися про своє здоров'я, що також говорить про недоліки в системі шкільної освіти — на сьогодні школа погано займається валеологічною освітою дітей [6, с. 35–36]. У зв'язку з цим сьогодні від педагогічної науки вимагається глибоко обґрунтоване поновлення теорії й практики навчання та виховання школярів, як бути здоровим у сучасних соціальних умовах.

У В. Сухомлинського в роботі з дітьми на першому місці завжди були збереження та зміцнення здоров'я дітей, збагачення духовного світу кожної дитини в процесі навчання та виховання [1, с. 144].

Здоров'я є результатом взаємодії індивіда з навколишнім середовищем, що визначається: умовами існування, провідними мотивами життєдіяльності та світосприйняття. Поняття «здоров'я» має широкий інтегральний зміст, для розкриття якого необхідні знання з різних галузей людинознавства [2, с. 13].

Валеологічна культура — це найважливіша складова загальної культури, яка направлена на формування, збереження та зміцнення здоров'я людини. Валеологічну культуру підлітків треба розглядати як специфічний прояв загальної культури підлітка. У той же час валеологічна культура повинна аналізуватися в єдності з іншими компонентами особистості підлітка. У руслі підготовки школяра з позиції розвитку його свідомості й діяльності як основних принципів становлення особистості валеологічну культуру можна розкрити як частину загальної культури особистості школяра [3, с. 165].

В. Горашук трактує валеологічну культуру школяра, як важливий складовий компонент загальної культури людини, обумовлений матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок формування, збереження й зміцнення здоров'я [7, 49].

У низці досліджень доведено, що у позашкільних закладах, на заняттях гуртків створені найбільш сприятливі умови щодо розвитку творчого потенціалу особистості, її задатків, здібностей та оздоровлення. Зазначимо, що при формуванні культури здоров'я підлітка у валеологічному гуртку необхідно враховувати особливості цього віку, який дозволяє молодій людині вийти на новий соціальний рівень свідомого ставлення до себе як до члена суспільства. [16, с. 51].

Для забезпечення процесу формування валеологічної культури вихованців у позашкільному закладі була запропонована програма валеологічного гуртка розвитку особистості «Стиль життя» (програма затверджена наказом Головного управління освіти і науки Харківської облдержадміністрації № 607 від 7 жовтня 2005 р.; схвалена методичною Радою Харківського обласного науково-методичного інституту безперервної освіти — протокол № 567 від 23 вересня 2005 р.).

Результати дослідження та їх обговорення. За даними анкети «Самооцінка рівня культури здоров'я підлітків» учні оцінювали по п'ятибальній шкалі 40 показників здоров'я, середнє значення яких і є показником рівня культури здоров'я підлітків. Запропонована методика допомагає здійснювати особистісно-зорієнтований підхід, а учням усвідомлювати

особливості свого розвитку, виявляти недоліки у фізичному, психічному, духовному та соціальному розвитку.

Аналіз результатів анкетування експериментальної групи свідчить про позитивні тенденції в розвитку культури здоров'я учнів. Учні з низьким рівнем культури здоров'я склали 5% до експерименту, а після їх чисельність зменшилася до 2%. Учні з середнім рівнем склали 45% до експерименту, а після — 20%. Кількість учнів з високим рівнем культури здоров'я збільшилася на 5% (40% до і 45% після експерименту). Кількість вихованців з найвищим рівнем сформованості культури здоров'я до експерименту становила 10%, а після значно зросла — аж до 33%. Слід зазначити, що після проведення валеологічної програми розвитку особистості «Стиль життя» значно зросла кількість вихованців з високими та найвищими показниками.

При проведенні аналізу сформованості валеологічної культури учнів контрольної групи слід виділити наступне: учнів з дуже низьким рівнем сформованості культури здоров'я не спостерігається. Учні з низьким рівнем культури здоров'я склали 13% до експерименту та 2% після, з середнім 43% до та 38% після, з високим 42% до та 55% після і з найвищим 2% до та 5% після експерименту. Як бачимо, в контрольній групі домінують учні з середнім та високим рівнем сформованості культури здоров'я як до, так і після експерименту.

При порівнянні середніх показників контрольної та експериментальної групи можна спостерігати, що середній показник рівня культури здоров'я після експерименту зріс в обох групах, але, на відміну від контрольної, в експериментальній групі він значно вищий. Якщо в контрольній групі середній показник рівня культури здоров'я після експерименту збільшився на 6%, то в експериментальній він зріс на 10% (Рис. 1).

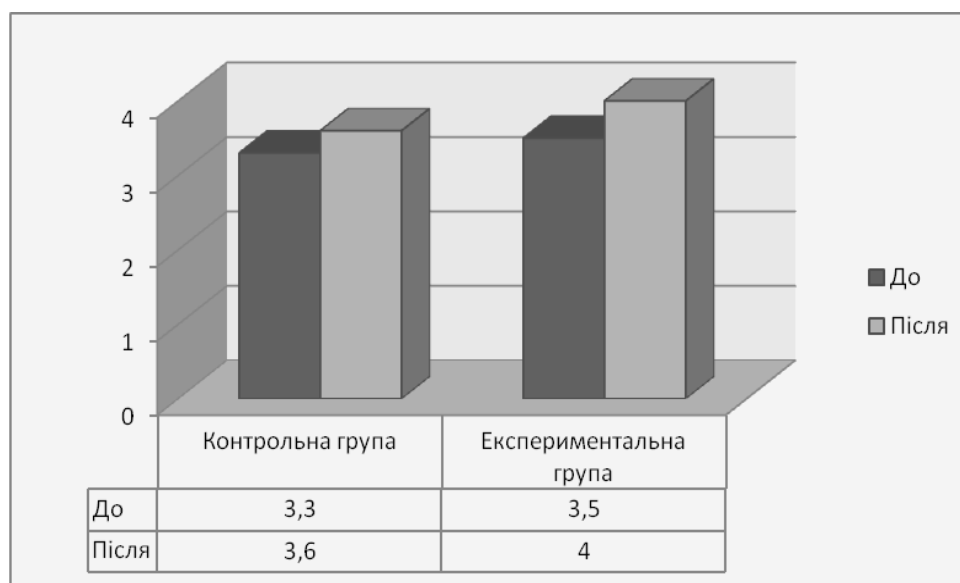


Рис. 1. Динаміка сформованості програмно-змістовного компонента валеологічної культури учнів експериментальної та контрольної групи до та після експерименту (в у. о.)

Для оцінки ставлення до моральних норм школяра була використана анкета «Закінчи речення». На початку експерименту у експериментальній групі 2% учнів отримали дуже низьку оцінку, а після експерименту їх кількість становила 0%, низьку оцінку отримали 8% учнів до експерименту і 7% після, середню оцінку 38% до і 23% після експерименту, і високу оцінку ставлення до моральних норм отримали 52% учнів до експерименту і 70% після. Слід зазначити, що в експериментальній групі після проведення занять з програми розвитку особистості «Стиль життя» кількість учнів з дуже низькою та низькою оцінкою ставлення до моральних норм зменшилася, а учнів з високою оцінкою ставлення до моральних норм стало набагато більше — їх приріст становить аж 18%.

У контрольній групі ми отримали такі результати: дуже низьку оцінку отримали 2% до та 4% після експерименту, з низькою оцінкою спостерігалось 30% до та 28% після, середню оцінку ставлення до моральних норм отримали 42% учнів до та 36% після експерименту, і високу оцінку отримали 26% учнів до та 32% після експерименту. Тобто в контрольній групі теж відбувся зріст моральних орієнтирів, але не такий стрімкий як в експериментальній групі.

На Рис. 2 представлена динаміка сформованості моральних норм учнів експериментальної та контрольної групи до та після експерименту (в у. о.).

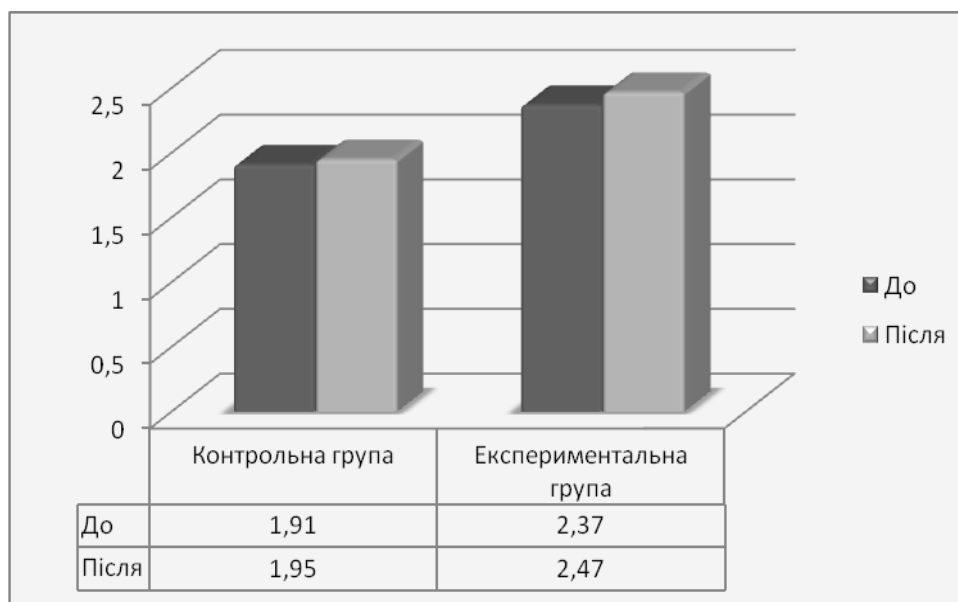


Рис. 2. Динаміка сформованості моральних норм учнів експериментальної та контрольної групи до та після експерименту (в у. о.)

При порівнянні середніх показників контрольної та експериментальної групи можна спостерігати, що середній показник сформованості моральних норм після експерименту збільшився в обох групах, але на відміну від контрольної групи, в експериментальній групі він значно вищий. Якщо в контрольній групі середній показник сформованості моральних норм після експерименту збільшився на 2%, то в експериментальній він зріс на 12%.

У результаті обробки анкети можна сказати, що учні, які відвідували гурток, по закінченню експерименту мали достатньо високий рівень моральності, духовності та культури.

Отже, в процесі проведення дослідження підтвердилася висунута гіпотеза про те, що формування мотиваційно-поведінкового компоненту валеологічної культури підлітків буде значно ефективнішим у тій групі вихованців, де проводилися заняття за програмою розвитку особистості «Стиль життя», то ж проведений аналіз підтвердив результативність впровадження програми валеологічного гуртка.

Проведене педагогічне дослідження не вичерпує всіх аспектів вивчення проблеми формування валеологічної культури підлітків у позашкільній роботі. Надалі слід звернути увагу на розробку умов формування культури здоров'я підлітків у позашкільному закладі, вивчення гендерних аспектів цього процесу та інше.

ЛІТЕРАТУРА

1. Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку / Матеріали VI міжнародної науково-практичної конференції, квітень 2008 р.: У 4-х т. / За ред. проф. М. С. Гончаренко: // м. Харків: 2008. – Т. 3. — 380 с.
2. Гончаренко М. С. Валеологія в схемах: навчальний посібник / М. С. Гончаренко. — Харків: Бурун Книга, 2005. — 208 с.

3. Гончаренко М. С. Валеологический словарь / М. С. Гончаренко. — Х., 1999. — 316 с.
4. Горашук В. П. Теоретичні та методичні засади формування культури здоров'я школярів: дис. доктора пед. наук: 13.00.01 / Горашук Валерій Павлович. — Х., 2004 — 194 с.
5. Зайцев Г. К. Валеология. Культура здоровья. Книга для учителей и студентов педагогических специальностей / Г. К. Зайцев, А. Г. Зайцев. — Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2003. — 272 с.
6. Кабацька О. В. Формування культури здоров'я підлітків на заняттях валеологічного гуртка / О. В. Кабацька // Імідж сучасного педагога. — 2012. — №1 (120). — С. 49-51

ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ТА СТУДЕНТІВ — ЧЕРЕЗ ОСВІТУ

УДК 371.4:613.955

НЕОБХІДНІСТЬ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ДО СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯОРІЄНТОВАНОГО НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО СЕРЕДОВИЩА ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Бельорін-Еррера О. М.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Стаття присвячена проблемі підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу.

Сьогодні, коли стан здоров'я школярів стрімко погіршується, визначена нами проблема є актуальною. Тому на сучасному етапі розвитку педагогічної теорії та практики дуже важливо вирішити питання підвищення рівня професійної підготовки майбутніх вчителів основ здоров'я і одним із найважливіших завдань якісної освіти вчителя цієї дисципліни є формування його готовності до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища у школі.

Ключові слова: здоров'яорієнтоване навчально-виховне середовище, методична система, вчитель основ здоров'я.

Стаття посвящена проблеме подготовки будущего учителя основ здоровья к созданию здоровьяориентированной учебно-воспитательной среды общеобразовательного учебного заведения.

Сегодня, когда состояние здоровья школьников стремительно ухудшается, определенная нами проблема является актуальной. Поэтому на современном этапе развития педагогической теории и практики очень важно решить вопрос о повышении уровня профессиональной подготовки будущих учителей основ здоровья, и одной из важнейших задач качественного образования учителя этой дисциплины является формирование его готовности к созданию здоровьяориентированной учебно-воспитательной среды в школе.

Ключевые слова: здоровьяориентированная учебно-воспитательная среда, методическая система, учитель основ здоровья.

The article is devoted to the preparation of future teachers to create the foundations of health of health-oriented educational environment of general educational institutions.

Today, when the health of schoolchildren is deteriorating rapidly, we determined the problem is urgent. Therefore, at the present stage of development of educational theory and practice is very important to solve the issue of increasing the level of training of future teachers and health foundations of one of the most important objectives of quality education teacher of this discipline is the formation of his willingness to create health-oriented educational environment at school.

Key words: health-oriented educational environment, methodical system, a teacher of health foundations.

Актуальність і ступінь розробки проблеми. Сучасний етап розвитку вищої освіти характеризується стійкою тенденцією до підвищення рівня професійної майстерності майбутнього вчителя, розвитку його спеціальних та особистісних якостей. Цілеспрямована різнобічна підготовка гарантує високу конкурентоспроможність випускника вузу, здатність до творчої діяльності.

Зміни структури та змісту загальної освіти, що відбуваються в останні роки, негативним чином позначаються на здоров'ї учнів. Ось чому створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу стає однією зі складових діяльності сучасного педагога і, отже, готовності до здійснення цієї діяльності.

Вчитель постає, з одного боку, як носій базових знань про здоров'я, здоровий спосіб життя людини, формування мотивації та культури здоров'я підростаючого покоління, а з іншого, суб'єктом освітньо-виховного процесу, здійснює здоров'яорієнтовану діяльність.

У науково-методичній літературі розглянуті педагогічні та методичні засади підготовки вчителя до валеологічної роботи: питання професійної підготовки педагогічних кадрів (Є. Барбіна, В. Гриньова, В. Євдокімов, М. Євтух, І. Зязюн, В. Кремень, В. Лозова, І. Прокопенко, В. Радул, С. Сисоєва, Г. Троцько та інші); сучасні підходи до створення освітнього середовища (С. Дерябо, О. Макагон, С. Омельченко, В. Ясвін та інші); науково-теоретичні аспекти забезпечення здоров'язбереження молоді (Ю. Бойчук, М. Гончаренко, В. Горашук, М. Гриньова, О. Завгородня, О. Іонова, Н. Коцур, Г. Кривошеєва, В. Оржеховська, Л. Сущенко, С. Шмалей та інші).

Але, разом з тим, аналіз публікацій і досвіду роботи вищої та загальноосвітньої школи з досліджуваного питання демонструє існуюче протиріччя між сучасною практикою підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я і реальною потребою школи в кваліфікованих в даній області фахівцях. Тому на сучасному етапі розвитку педагогічної теорії та практики актуального характеру набувають питання підвищення рівня професійної підготовки майбутніх вчителів основ здоров'я і одним із найважливіших завдань якісної освіти вчителя основ здоров'я є формування його готовності до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу, що зумовлено низкою чинників.

По-перше, наявним станом здоров'я учнівської молоді, зокрема незадовільної організації шкільного фізичного виховання, недостатньої стимуляції до здорового способу життя, поширення шкідливих звичок (паління, уживання алкоголю, наркотиків, токсичних речовин) тощо. На здоров'я учнів негативно впливають також значні розумові та психоемоційні навантаження.

По-друге, актуальність підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу підсилюється існуванням досить чіткої залежності між станом учнівського здоров'я і ступенем підготовленості педагогів до здійснення збереження й зміцнення вихованців.

По-третє, підготовка майбутнього вчителя до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу важлива ще й тому, що вчитель основ здоров'я не тільки викладає свій предмет, він також очолює шкільну валеологічну службу завданням якої є забезпечення здоров'язбереження суб'єктів навчального процесу.

Актуальність визначеної проблеми посилюється необхідністю усунення суперечностей, виявлених у процесі дослідження, зокрема:

- між орієнтацією цілісного освітнього процесу в загальноєвропейському та світовому контексті на підвищення рівня життя кожної людини, забезпечення умов для її самореалізації, самоактуалізації, самовдосконалення, та розповсюдженістю шкідливих звичок у дітей і молоді, низькою культурою здоров'я, відсутністю знань про засоби здорового способу життя;

- між актуалізацією необхідності формування молодого покоління, яке повинно бути психічно, соціально й фізично здоровим, й відсутністю ефективних засобів забезпечення здоров'язбереження дітей шкільного віку;

- між необхідністю спеціальної підготовки майбутніх учителів до організації здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища, та відсутністю відповідних методичних систем забезпечення цього.

Наявність цих протиріч зумовлено тим, що до цих пір у вузах відсутня обґрунтована система формування інтегрованих знань майбутнього педагога в галузі створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу, не уточнені цілі, зміст і методика підготовки студента до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища у школі.

Актуальність і прогалини в розробці позначеної нами проблеми, а також негайна потреба освітньої практики в її вирішенні зумовили вибір теми дослідження – «методична система підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу», проблема якого сформульована нами наступним чином: які педагогічні та методичні умови, при яких можлива ефективна підготовка сучасного вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу? Рішення даної проблеми склало мету дослідження.

Мета дослідження — розробити, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити методичну систему підготовки майбутніх учителів основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу.

Об'єкт та предмет дослідження. Об'єктом дослідження обрана професійно-педагогічна підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я. У якості його предмета виступає методична система підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу.

У відповідності з метою, об'єктом, предметом дослідження були визначені наступні завдання:

1. Розкрити зміст поняття «здоров'яорієнтоване навчально-виховного середовище».
2. З'ясувати сутність і структуру підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу.
3. Теоретично обґрунтувати методичну систему підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу й експериментально перевірити її ефективність.
4. Уточнити критерії, показники та рівні готовності майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу.

Гіпотеза дослідження. В основу гіпотези дослідження покладено припущення про те, що якість підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу буде успішним, якщо: розроблена педагогічна модель відповідної підготовки вчителя основ здоров'я; методична система підготовки вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу буде особливим чином представлена в структурі цільових, змістовних, процесуальних аспектів професійно-педагогічної освіти; встановлені рівні підготовки вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу, виявлено їх критерії, способи діагностики.

Передбачувана наукова новизна дослідження полягає у тому, що *вперше*: визначено і науково обґрунтовано феномен «підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу» та розкрито його компоненти;

– *уточнено* критерії та показники підготовки до організації здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу;

– дістало подальшого розвитку науково-методичне забезпечення підготовки майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу.

Висновки

Підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу є таким видом навчальної діяльності студентів, який має на меті формування готовності до цієї роботи. Готовність студентів до створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища у школі доцільно розглядати як сукупність інтересів до проблем створення здоров'яорієнтованого навчально-виховного середовища, системи теоретично орієнтованих і прикладних знань щодо сутності й структури цього феномена.

Отже, актуальність дослідження зумовлюється необхідністю професійної підготовки вчителів, здатних до забезпечення інноваційної спрямованості національної освіти, створенням умов багатостороннього духовного, культурного, фізичного, розумового розвитку дітей і молоді, виховання у них прагнення до самоствердження та самореалізації упродовж життя.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гончаренко М. С. Валеологічне розвантаження школярів протягом навчального процесу: методичний посібник для вчителів загальноосвітніх шкіл./ М. С Гончаренко, А. М. Іванова — Харків, 2002. — 26 с.
2. Гончаренко М. С. Програми для підготовки спеціалістів з валеології: для вищих навчальних закладів/ укл. Гончаренко М. С., Карачинська Е. Т., Рожкова Л. І.; під ред. д.б.н. проф. Гончаренко М. С. — Харків, 2001. — 110 с.
3. Митяева А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А. М. Митяева. — 2-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2010. — 192 с.
4. Омельченко С. О. Валеонасичений здоров'язберігаючий простір: метод. посібн. / Світлана Олександрівна Омельченко. — Слов'янськ: Видавничий центр СДПУ, 2006. — 160с.
5. Омельченко С. О. Педагогіка здоров'я: навч. посіб. / Світлана Олександрівна Омельченко. — Слов'янськ: Вид. центр СДПУ, 2009. — 205 с. — Бібліогр.:С. 175–205 с.
6. Тимченко Г. М. Загальні питання методики викладання основ здоров'я /Г. М. Тимченко , М. С. Гончаренко.— Харків, 2009. — 62 с.
7. Шахненко В. І. Формування здорового способу життя учнів початкової школи: теорія і практика (дидактичний аспект)/ В'ячеслав Іванович Шахненко. — Харків, 2007. — 304 с.

УДК:613.49

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ АРОМОТЕРАПІЇ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ

Денисовець Т. М.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
Полтава, Україна

У статті розглядаються проблеми впливу ароматерапії на здоров'я молоді. Досліджується специфіка поєднання традиційних та нетрадиційних засобів медицини. Наведено дані експериментальної перевірки впливу ефірної олії шавлії лікарської на пам'ять студентів. Аналізується зміст та методика викладання авторського курсу «Нетрадиційна медицина в спорті», який призначений для вивчення студентами п'ятого курсу факультету фізичного виховання з метою підвищення компетентності майбутніх фахівців у зазначеній сфері.

Ключові слова: ароматерапія, стан здоров'я, нетрадиційна медицина, фізична культура.

В статье рассматриваются проблемы влияния ароматерапии на здоровье молодежи. Исследуется специфика сочетания традиционных и нетрадиционных средств медицины. Приведены данные

експериментальної перевірки впливу ефірного масла шалфея лікарського на пам'ять студентів. Аналізується содержание и методика преподавания авторського курсу «Нетрадиционная медицина в спорте», предназначенного для изучения студентами пятого курса факультета физического воспитания с целью повышения компетентности будущих преподавателей в указанной сфере.

Ключевые слова: ароматерапія, состояние здоровья, нетрадиционная медицина, физическая культура.

In the article the problems of influence of aromatherapy are examined on the health of young people. The specific of combination of traditional and unconventional facilities of medicine is investigated. Cited data experimental verification of influence of essential oil of clary medicinal on memory students. Maintenance and methodology of teaching of авторського курсу are analysed "Unconventional medicine in sport", intended for a study by the students of fifth course of faculty of physical education with the purpose of increase of competence of future teachers in the indicated sphere.

Keywords: aromoterapiya, the state is a health, untraditional medicine, physical culture

Вступ. Студентська молодь — майбутнє держави, тому вона повинна бути здоровою і фізично загартованою. Передбачається, що здоров'я кожного наступного покоління постійно поліпшуватиметься, проте підвищення рівня технізації, умов праці й життя стимулює омолодження багатьох хвороб, які раніше були притаманні людям старшого віку.

Стрімка динаміка трансформації суспільства ставить перед системою освіти нові нетрадиційні завдання. Це зумовлено тим, що освіта покликана не тільки обслуговувати сьгоднішні соціально-економічні запити людини і держави, але й випереджати трансформаційні процеси, формувати їх сутність і кадрове забезпечення. Це нагальне завдання стоїть нині перед освітніми системами багатьох країн. Особливо важливе воно для України після вікових змагань за утвердження себе як самостійного державного утворення, яка в результаті численних намагань здобути незалежність стала на шлях творення суверенної, демократичної, соціальної, правової держави.

На цьому непростому шляху новотворень і пересічних громадян, і державних діячів різних рівнів турбують питання: що є головною цінністю в країні; на чому має бути зосереджена увага всіх громадян; яка діяльність на цьому етапі має бути пріоритетною. На ці питання знаходимо відповідь у ст. 3 Конституції України: «Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканність і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю...» [4]. Отже, Людина, її фізичне здоров'я, морально-духовне багатство є системоутвірною цінністю сучасного українського суспільства.

Однак сучасний етап розвитку суспільства в Україні характеризується зростанням захворювань, різким зниженням працездатності організму, і, що особливо тривожно, це сьгодні стосується й молоді. Причини зростання захворюваності часто слід шукати в системі шкільної освіти, у виявленні тих факторів навчальної діяльності, які призводять до перенапруження нервової системи й не створюють належних умов для задоволення потреб учнів у самопізнанні, самовдосконаленні й самореалізації.

Аналіз динаміки стану здоров'я учнів в останні десятиліття показує стійку тенденцію до погіршення вже в дитячому і юнацькому віці цього неоціненного надбання кожної людини, що є водночас передумовою її соціальної повноцінності, активного довголіття, продуктивного вкладу в життя своєї родини, українського народу в цілому. За даними Міністерства охорони здоров'я України, серед школярів спостерігаються: функціональні відхилення в діяльності різних систем організму — у 50%, функціональні відхилення серцево-судинної системи — у 26,6%, нервово-психічні розлади — у 33%, захворювання органів травлення — у 17%, захворювання ендокринної системи — у 10,2% школярів. Слід зазначити, що кількість випускників шкіл, які є практично здоровими, за даними літератури, становить від 5 до 15%. При цьому здоров'я школярів має стійку тенденцію до погіршення.

Актуальною проблемою сучасної науки є пошук нових підходів до організації навчально-виховного процесу в школі, методів, що забезпечать створення оптимальних умов для духовного зростання особистості, повноцінної реалізації психофізичних можливостей, збереження та зміцнення здоров'я. Сьгодні важливим і перспективним є завдання збереження, зміцнення здоров'я учнів як за допомогою організації і здійснення особистісно орієнтованого педагогічного процесу з урахуванням основних валеологічних принципів, так і

застосування різних нетрадиційних методів для підтримання і відновлення свого здоров'я та відповідального ставлення до нього як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Не випадково гасло «Здоров'я — через освіту» на сьогодні залишається досить актуальним і важливим.

Аналіз останніх досліджень та публікацій, в яких започатковане вирішення цієї проблеми і на які спирається автор

Проблеми здоров'я і здорового способу життя молоді та умови їх оптимізації стали предметом дослідження філософів, медиків, психологів, педагогів. Теоретико-методологічні засади цих питань сформульовано у працях А. Г. Здравомислова, І. Н. Смирнова, Л. П. Сущенко; питання формування здорового способу життя з позицій медицини розкрито в роботах М. М. Амосова, Н. В. Артамонова, А. П. Леонтєва, Ю. П. Лісіцина, Р. Є. Мотилянської, В. С. Язловецького; психолого-педагогічні аспекти виховання здорового способу життя дітей і молоді розглянуті в дослідженнях Т. Є. Бойченко, Г. П. Голобородько, М. Є. Кобринського, Т. Ю. Круцевич, С. В. Лапаєнко, У літературі дедалі ширше пропагуються зараз також нетрадиційні методики оздоровлення і лікування (Ганс Шерц, Дана Ульман, Г. Л. Апанасенко, В. І. Дубровський, Г. Ф. Кращенко, Г. П. Малахов, Е. Г. Шевчук, М. О. Ковлягіна, Г. К. Лейбольд, Пітера Келдера та ін). Проте такі дослідження не набули ще достатнього педагогічного висвітлення, і застосування нетрадиційної медицини в практиці педагогічної діяльності потребує більш детального розгляду.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується ця стаття

Не досить дослідженим напрямком оздоровчої роботи, і водночас таким, що заслуговує на увагу, є застосування в оздоровчій діяльності навчального закладу елементів нетрадиційної медицини. Нетрадиційна (народна) медицина — це досвід багатьох поколінь цілителів, знання в галузі медичної допомоги, джерело різноманітних методів лікування, набутих ними з природних ресурсів, із предметів побуту. Сьогодні вчені практично всіх країн світу прийшли до однозначного висновку: природні, натуральні методи і способи лікування в більшості випадків за ефективністю впливу на органи і тканини не тільки не поступаються препаратам аптечного походження, але де в чому перевершують їх, насамперед тим, що, залишаючись цілющими, як правило, позбавлені серйозних побічних ефектів. Визнано, що в лікуванні найбільший ефект досягається, коли зусилля офіційної і народної медицини поєднуються. Тобто, в період загострення хвороби застосовуються засоби і методи традиційної медицини (основний курс лікування), а потім, на тривалий термін, підключаються методи нетрадиційної медицини. Такий підхід спостерігається не лише у нашій, а й в інших цивілізованих країнах. Проте вивчення і аналіз наукової літератури вказують на недостатність дослідження проблеми оздоровлення школярів та відновлення їхньої працездатності, а зокрема пам'яті елементами нетрадиційної медицини. Необхідність пошуку педагогічних умов та шляхів розв'язання цієї проблеми й зумовили вибір теми нашого дослідження, що стосується вивчення напрямків оздоровлення шкільної молоді в середовищі навчального закладу Це передбачає, зокрема, відповідну підготовку педагогів, а зокрема вчителів фізичного виховання, що найбільш тісно стикаються з проблемою здоров'я школярів.

Формулювання цілей статті. Мета статті полягає в обґрунтуванні вагомості застосування елементів нетрадиційної медицини зокрема ароматерапії на функціональний стан студентів. У ній розкрито досвід підготовки майбутніх учителів фізкультури до використання нетрадиційної медицини в спорті.

Виклад основного матеріалу. Підготовка фахівців у сфері фізичної культури бачиться значно ширшим завданням, аніж формування їх компетентності у проведенні занять із відповідних дисциплін. Особистість учителя фізичної культури має слугувати для учнів зразком не лише фізичної досконалості, здорового способу життя, а й компетентності у сфері здоров'язбереження.

З метою підвищення компетентності майбутніх фахівців у зазначеній сфері нами було розроблено курс «Нетрадиційна медицина в спорті», який призначений для вивчення студентами п'ятого курсу факультету фізичного виховання.

Програма курсу розроблена у відповідності до основних положень «Концепції фізичної культури та освіти педагогічних працівників» і рекомендується для підготовки фахівців у галузі педагогічної освіти, освітньо-кваліфікаційного рівня «спеціаліст».

Мета курсу — є виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я дітей як головної умови повної реалізації творчого і фізичного потенціалу особистості; збереження та укріплення здоров'я осіб, що займаються фізичною культурою та спортом, лікування і профілактики у них патологічних станів і захворювань, сприяння раціональному використанню засобів і методів нетрадиційної медицини у фізичній культурі та спорті, оптимізація процесів пост навантажувального відновлення і підвищення дієздатності, продовження активного, творчого періоду життя.

Завданням курсу є:

- проаналізувати основні методи нетрадиційної медицини;
- вивчити основні методи діагностики;
- розглянути терапевтичні методи нетрадиційної медицини;
- формувати у студентів стійку світоглядну позицію, в основі якої розуміння себе частиною Природи, уявлення залежності стану здоров'я від природних факторів та встановлення гармонійних взаємин з Природою і Всесвітом, суспільством.

У процесі вивчення курсу «Нетрадиційна медицина в спорті» формується ставлення до навколишнього середовища, здоров'я індивідуума і всієї популяції; виховуються моральні якості студентів в умовах урбанізації; аналізуються експериментальні методи лікування та профілактики захворювань нетрадиційними видами лікування та розглядаються чинники, що сприяють утворенню патологічних процесів в організмі.

Особливістю курсу є те, що він виступає інтегруючою ланкою між фахом майбутнього педагога та його індивідуальними набутками в практиці власної життєорганізації. Кожна тема зорієнтована на формування і розвиток певної особистісної риси вчителя. Якість засвоєння теми забезпечується здатністю викладача забезпечувати мотиваційну, змістову та діяльнісну єдність діяльності студентів. Розглянемо, зокрема, педагогічні підходи до вивчення курсу на прикладі теми «Ароматерапія та її значення в медицині та спорті», на яку відводиться 2 години лекційного часу, 2 години практичних занять і 2 години самостійної роботи.

Ароматерапія — лікування ароматичними речовинами рослинного походження, відоме людству понад 5 тис. років і бачиться сьогодні одним із загальнодоступних і ефективних способів збереження і зміцнення здоров'я. Ароматерапія діє відповідно до холістичних принципів: будити і підсилювати життєву енергію і здатність пацієнта до самоцілення. Ефірні олії діють, впливаючи як на тіло, так і на мозок, душу людини. Вони допомагають відчувати дивовижну красу життя.

Із найдавніших часів були відомі і широко використовувалися антисептичні, протимікробні, ранозагоювальні властивості материнки, подорожника, лаванди, чебрецю, шавлії. Як протиотрути при різних інтоксикаціях, укусах змій, комах застосовувалися ефірні олії ромашки, розмарину, лимона. У народній медицині високо цінується як лікувальний засіб шавлія лікарська. Особливо зелене листя висушене без стебел, вважається корисним при погіршенні пам'яті. Листя шавлії містять ефірну олію (1–2,5%), сапоніни, дубильні речовини (катехіни — 3–8%), глікозиди, гіркі речовини, смолисті речовини (5–6%), фумаринову кислоту, олеїнову кислоту, хлорогенову кислоту, пентозу, воски, амінокислоти, вітамін С, Р, РР, каротин, фітонциди. Препарати на основі ефірної олії шавлії лікарської п'ють для поліпшення пам'яті.

Нами було проведено дослідження із студентами 5 курсу факультету фізичного виховання «Вплив ефірної олії шавлії лікарської на пам'ять». Під час проведення експерименту ми дослідили, що використання аромату ефірної олії шавлії лікарської під час

практичної роботи значно покращило пам'ять студентів. Під час контрольного дослідження середній рівень короткочасної пам'яті у студентів складав — 84%, а експериментальні дані склали — 89%. Ці показники доводять, що аромат ефірної олії шавлії лікарської підвищує обсяг короткочасної пам'яті.

Студенти протягом хвилини запам'ятовують більшу кількість інформації. При дослідженні словесно-механічної пам'яті у контрольній групі, середній рівень її складав — 62%, а в експериментальній — 73%. Це ще раз доводить, що аромат олії шавлії лікарської покращує рівень словесно-механічної пам'яті. Дослідження середнього рівня словесно-логічної пам'яті у контрольній групі склали — 69%, а середній обсяг у експериментальному дослідженні словесно-логічної пам'яті склав — 79%. Отже, із цього дослідження видно, що аромат ефірної олії шавлії лікарської впливає не тільки на рівень короткочасної, словесно-механічної, але і словесно-логічної пам'яті.

Кожна складова теми «Ароматерапія та її значення в медицині та спорті» має власне дидактичне призначення в її структурі.

Перша складова теми (історіографічна) висвітлює історичні аспекти ароматерапії і слугує розвитку ерудованості педагога, систематизує наявні в нього знання з історії, ботаніки, хімії. Вона носить також мотиваційний характер, багато оснащена цікавими фактами з минулого (адже вірогідно підтверджено, що ароматерапія відома людям більше 6000 років. Ефірні олії широко застосовувалися в Греції, Римі й у древньому Єгипті. На сході однією з перших культур, яку використовували ароматичні олії, був Китай [3]. Отже, в історії світової цивілізації збереглося багато свідчень того, скільки уваги різні народи приділяли ароматерапевтичним проблемам.

Друга складова (загальнорозвивальна) має на меті розширити уявлення слухачів про ефірні олії як конкретні речовини, що мають свої особливості хімічних характеристик та способів видобування. У студентів викликає інтерес і повагу до проблеми інформація про те, що секрет виділення нижніх ароматних ефірних олій із рослинного матеріалу був відкритий ще у прадавні часи. Під час археологічних розкопок у Месопотамії знайшли посуд для дистиляції саме такого віку. Єгиптяни широко використовували ефірні олії кедр, кориці, лимона, сосни, кропу, василька для релігійних обрядів, бальзамування тіл померлих, лікування різних хвороб, а також у косметичних цілях. На зорі розвитку таких древніх культур, як китайська, індійська, вавилонська також практикувалося виділення ароматичних олій, особливо трояндової [1;3]. Викликає інтерес і сучасний стан та методи отримання ефірних олій.

Застосування рослин, характерних для нашої місцевості, становить зміст самостійної роботи. Студентам пропонується попрацювати над збором інформації, підготувати повідомлення, що, з подальшою допомогою викладача, можуть лягти в основу виступів на студентських наукових конференціях. Самостійна робота являє собою краєзнавчу складову роботи над темою.

Практична складова теми акцентує увагу на застереженнях щодо застосування ефірних олій, на прикладах відомих студентам та екзотичних рослин розкриває тонкощі різних аспектів їхнього застосування. Усі без винятку ефірні олії багатофункціональні, оскільки вони багатокomпонентні, але у їх дії є ряд **загальних тенденцій**:

- ефірні олії мають бактерицидні, антисептичні і протизапальні властивості;
- вони позитивно впливають на нервову систему, і поділяються на стимулятори, адаптогени, седативні олії;
- благотворно впливають на емоції та психічне здоров'я людини;
- мають біоенергетичну цінність;
- мають виражені косметичні і дерматологічні властивості, активно відновлюючи і зберігаючи здоров'я та красу шкіри і волосся;
- поліпшує пам'ять.

Проте слід пам'ятати, що чутлива шкіра надзвичайно швидко реагує на високі дози олій, і, як і хімічно синтезовані ліки, вони не повинні застосовуватися хаотично, бездумно.

Значний інтерес, зумовлений фахом студентів, викликає проблема використання ефірних олій у практиці фізичного виховання та спорту, їх вплив на організм спортсменів. Таким чином, під час практичного заняття реалізується професійна складова теми.

Як свідчать результати поточного та підсумкового контролю, рівень засвоєння студентами факультету фізичного виховання курсу «Нетрадиційна медицина в спорті» є досить високим, що пояснюється, насамперед, усвідомленням його практичної значущості та актуальності для діяльності педагога сучасної загальноосвітньої школи.

Вивчення професійних інтересів і прагнень майбутніх учителів фізичного виховання (студентів 4–5 курсів факультету фізичного виховання ПНПУ імені В. Г. Короленка) та педагогів із наявним (від 6 до 18 років) стажем роботи в ЗНЗ (слухачів курсів підвищення кваліфікації при ПОППО імені М. В. Остроградського) показало, що понад 70% із них схвалюють сучасний інтерес до нетрадиційної медицини і відчують зацікавленість щодо підвищення своєї компетентності у цій сфері.

Висновки та перспективи подальших досліджень у даному напрямку. Вивчення реального та бажаного стану обізнаності фахівців фізичного виховання щодо використання ароматичних олій для поліпшення функціонального стану організму показує, що розробка і впровадження варіативних курсів із різних напрямків нетрадиційної медицини у практику ВНЗ є на сьогодні важливим, але мало використаним ресурсом. Його освоєння є вагомим напрямком дослідницької роботи у даній сфері.

ЛІТЕРАТУРА

1. Золотые рецепты Тибетских монахов [Текст] // под ред. М. Коновская. — СПб: «Сова», 2007. — 126с.
2. Малахов Г. П. Полная энциклопедия оздоровления. / Г. П. Малахов. — Санкт-Петербург: «РИПОЛ классик», 2010. — 608с.
3. Ковлягина М. Целительные ароматы природы. / М. Ковлягина — М.: Изд-во ЭКСМО. — 2001. — 224с.
4. Конституція України. Закон України «Про внесення змін до Конституції України» №2222-IV від 8 грудня 2004 року. — Харків: Парус, 2005. — 60с.

УДК 373.015.311:004.032.6-056.22

РОЛЬ МЕДІА-ОСВІТИ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Козак Н. Г.

Полтавський національний педагогічний університет ім. В.Г. Короленка
Полтава, Україна

У статті подано аналіз наукової літератури щодо ролі медіа-освіти в навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів, зокрема, проаналізовано стан вивчення питання вітчизняними та зарубіжними вченими, обґрунтовано необхідність запровадження медіа-освіти в навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів та надано рекомендації щодо використання відеоматеріалів у навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів.

Ключові слова: медіа-освіта, відеоматеріали, візуалізація, навчально-виховний процес, здорова особистість.

В статті представлено аналіз наукової літератури про ролі медіа-освіти в навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів, зокрема, проаналізовано стан вивчення питання вітчизняними та зарубіжними вченими, обґрунтовано необхідність запровадження медіа-освіти в навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів та надано рекомендації щодо використання відеоматеріалів у навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів.

Ключевые слова: медиа-образование, видеоматериалы, визуализация, учебно-воспитательный процесс, здоровая личность.

This article presents the analysis of scientific literature in regard to a role of media-education in the educational process of general educational establishments. In particular, the analysis is done on the state of study of subject by local and foreign scholars, the necessity of introduction of media education in the educational process in secondary schools is substantiated, recommendations are given in relation to the use of video data in the educational process in secondary schools.

Keywords: media education, video data, visualization, educational process, healthy person.

Актуальність даного дослідження зумовлена широким розповсюдженням інформаційно-комунікаційних технологій у соціумі і, зокрема, у загальноосвітніх навчальних закладах, що викликає необхідність відповідної технічної, методичної і психологічної підготовки педагогічних кадрів. Цій проблематиці приділяється велика увага вітчизняних та зарубіжних вчених (О. Т. Баришполець, Ж. Гоне, Б. В. Потятинник, Г. В. Онкович, Н.Б. Кириллова, Л. А. Найдьонова, В. Робак та інші).

За визначенням, даним у тлумачному словнику, «педагогіка - наука про виховання, освіту і навчання» [2]. Через потреби часу вона не стоїть на місці постійно оновлюється і поповнюється новими термінами. Як стверджує Г. В. Онкович, «педагогічна наука на очах збагачується новим напрямом - медіа-педагогікою, яка, за логікою, має складатися з медіа-виховання, медіа-освіти й медіа-навчання і обслуговуватися відповідними технологіями. Отже, на часі вести мову й про медіа-дидактику, так само як про пресодидактику ми говоримо з 1980-х рр.» [6].

Слід зазначити, що питання використання відеоматеріалів у навчально-виховному процесі є недостатньо висвітленим у наукових дослідженнях, одночасно є надзвичайно актуальним для педагогів. Це, а також той факт, що в цьому питанні практика випереджає теорію [6], зумовило **вибір теми** нашого дослідження.

Об'єктом дослідження є навчально-виховний процес з використанням відеоматеріалів у загальноосвітніх навчальних закладах.

Виходячи із вищезазначеного **метою нашої статті** є показати причину виникнення і важливість медіа-освіти в навчально-виховному процесі загальноосвітніх закладів, привернути увагу педагогів до необхідності ретельного підбору відеоматеріалів до занять з дітьми, враховуючи їхні вікові психологічні особливості.

Відповідно до мети нами були поставлені такі **завдання**:

1. Проаналізувати стан вивчення питання вітчизняними та зарубіжними вченими.
2. Обґрунтувати необхідність запровадження медіа-освіти в навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів.
3. Надати рекомендації щодо використання відеоматеріалів у навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів.

Наукова новизна теми полягає у неповному висвітленню рекомендацій [1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 13, 14] щодо використання відеоматеріалів у навчально-виховному процесі загальноосвітніх навчальних закладів.

Сучасна освіта неможлива без використання сучасних засобів навчання, одним із яких є використання відео-матеріалів. Це зумовлено швидкими темпами розвитку інформаційних технологій, широким використанням дітьми і дорослими відео-інформації, як у повсякденному житті, так і в навчально-виховному процесі. Важливим є те, що зникла необхідність використання для цього громіздкого обладнання, спеціальних приміщень із затемненням.

До того ж незаперечним є факт легкого засвоєння інформації «очима» (80 % людина засвоює очима). Завдяки візуальній інформації можна, знаючи іноземну мову на початковому рівні, в загальних рисах зрозуміти про що йдеться, приміром, у новинах іноземного телеканалу. Загальновідомо, що спочатку кіно було німим. Іншими словами, часто саме зображення є головним елементом, звук завжди другорядний. [3].

Тому важливим фактором відео-освіти є візуалізація, тобто засвоєння знань через створення зорових образів. Саме візуалізація викликає відчуття присутності, побаченому

легше повірити, ніж прочитаному чи почутому. Однак завжди потрібно пам'ятати, що побачене – це не сама реальність, а її відображення, створене творчістю людини.

Підлітки активно спілкуються у соціальних мережах, дивляться телебачення, багато часу проводять у всевітній мережі Інтернет. І значну частину інформації вони черпають із екранних засобів масової комунікації, зокрема, з відео. Більшість педагогічних працівників для урізноманітнення процесу викладання, зацікавлення учнів, активізації візуального каналу сприйняття навчального матеріалу, використовують відео як наочні засоби навчання, які легко відтворити через мультимедійні прилади (комп'ютери, DVD-програвачі тощо).

Це, зокрема, призвело до того, що неконтрольований процес використання відео породив багато психолого-педагогічних проблем. Педагогічні працівники виявились не підготовленими до відео-буму. Незаперечним є факт впливу відео на формування соціальних, моральних, психологічних складових особистості школяра. Відео впливає також на розвиток особистості, його емоційної сфери, інтелекту, естетичних смаків, мислення. Розрізнені педагогічні дії з використання відеоматеріалів часто не досягають поставленої мети, а іноді, при використанні фільмів зі сценами насилля, використання психотропних речовин тощо, можуть нанести непоправиму шкоду підліткам.

В Кравець, З. Дідик виділяють три рівні використання комп'ютерів у процесі вивчення предмета:

- «перший — початковий (застосування комп'ютерного навчання з окремих тем, розділів з певною дидактичною метою);
- другий — основний, що визначає найбільш значущі навчальні матеріали;
- третій — монотехнологічний, коли все навчання охоплене комп'ютеризацією або курс предмета» [5].

Користуючись цією термінологією, зазначимо, що низький рівень використання ІКТ як серед учнів, так і серед вчителів заважає повному використанню медіа-освіти в навчально-виховному процесі загальноосвітнього закладу.

Про важливість теми дослідження говорить проста схема використання ІКТ в навчальній діяльності, створена В. Кравець та З. Дідик:



Схема. 1. Використання комп'ютерних технологій в навчально-виховному процесі біології та географії.

Таким чином, використання відео у навчально-виховному процесі є об'єктивною реальністю і потребує детального дослідження з боку психологів та педагогів загальноосвітніх навчальних закладів.

Важливість використання візуальних засобів навчання почала хвилювати педагогів з моменту виникнення кінематографу. Так, уже на початку XIX століття в педагогічній пресі простежується тенденція використання фільмів як невід'ємної складової навчально-виховного процесу. Учені 20–30 років минулого століття А. М. Гельмонт, Н. І. Жинкіна, М. Ф. Познанський, а пізніше — в 60 роки — А. С. Карасик-Строева, С. І. Архангельський, Б. Х. Толль, О. А. Баранов, та інші звертають увагу на роль кіно у формуванні естетичних смаків та гармонійному розвитку особистості. Із широким розповсюдженням телебачення вчені Д. І. Полторак, Л. П. Прессман, А. А. Степанов, І. В. Вайсфельд, Ю. І. Божков, І. С. Левшина, Л. М. Трофимова та інші присвячують свої наукові дослідження використанню телепродукції у навчально-виховному процесі.

Медіатизація освіти викликала широкий інтерес педагогів, психологів, соціологів, філософів (Б. Ф. Ломов, К. М. Дудкін, А. Н. Литвинова, Н. П. Петрова, О. Я. Куликова, Г. В. Онковича, Б. В. Потятинника, О. К. Янишин та ін.). Вони акцентують увагу на необхідності вироблення нової стратегії навчально-виховного процесу в умовах інформатизації суспільства.

Важливими є дослідження формування особистості школяра вчених (З. І. Васильєва, А. І. Дулова, І. П. Подласого, Т. А. Стефановської, І. Ф. Харламова та інших); праці Ю. Н. Усова та його послідовників, які розробляли різні аспекти кіно-освіти школярів; концепції відео-освіти Е. Бевора, Дж. Гібсона, К. Норденстренга. Цінними є дослідження сучасної вальдорфської школи. Дослідники вирізняють деструктивні чинники формування особистості, серед яких є телебачення та відео. А Федій О. А. [12] додає, що ці впливи носять яскраво виражений антитерапевтичний вплив на дитячу душу, гальмують розвиток дитячої фантазії та уяви, призводять до гротескного автоматизму, псують природний перебіг процесу формування духовного та душевного у структурі особистості. Питання медіа-освіти уже не дискусійним. Ще у 1982 році на міжнародному симпозіумі ЮНЕСКО з медіаосвіти, який відбувся в Грюнвальді (ФРН) йшлося про необхідність «...ініціювати і підтримувати розроблення і впровадження всебічних програм з медіаосвіти різноманітних рівнів — від дошкільного до університетського, а також для навчання дорослих» [8]. Важливим аспектом документу є рекомендація «стимулювати дослідження в галузі психології, соціології, комунікації, що сприяє розвитку медіа-освіти» [8].

Використання відеоматеріалів як засобів навчання у навчально-виховному процесі покращує ефективність засвоєння нового матеріалу, разом з тим, вимагає від педагога знання дидактичних можливостей і умінь використовувати їх в залежності від мети навчання. Інакше демонстрація відеоматеріалів може нашкодити дитині. Тому перш, ніж використовувати ці засоби навчання, педагог повинен виважено підійти до цього питання: продумати, на якому етапі доцільно проілюструвати матеріал теми відеоматеріалами, скільки це займе часу і, звичайно, попередньо переглянути зміст фільму.

Зміст фільму повинен відповідати дидактичним завданням, не містити сцен насилля чи пропаганди інших негативних явищ. Причому пропаганда може бути явною і прихованою. Демонстрація ж сцен вживання наркотиків або приготування психотропних речовин, незважаючи на подальші осудливі коментарі, може викликати зворотну очікувану реакцію.

Відеофільми розвивають абстрактне мислення, дають можливість змодельовати ситуацію, уявити себе учасником демонстрованої на екрані дії, побачити розвиток події у динаміці, у прискореному чи уповільненому темпі, у збільшеному або зменшеному вигляді, показати процеси, недоступні для спостереження без спеціального обладнання, дає можливість проаналізувати результати наукових досліджень. Усе це стає можливим при умілому, продуманому використанні цього засобу навчання. Відеофільм у кінцевому результаті повинен викликати позитивні емоції.

Часто у фільмах автори, маючи на меті формування здорового способу життя школярів, намагаються викликати якомога більше емоцій у глядача. Зрештою, це призводить до того, що учні не можуть вірно зрозуміти та інтерпретувати пропонувані матеріал.

Використання відеоматеріалів — процес непростий і відповідальний. Педагог має продумати, як пов'язати усі засоби навчання таким чином, щоб якомога ефективніше активізувати навчальний процес. Для цього необхідно змодельовати урок, продумавши ефективність усіх засобів навчання, зокрема, відеофільмів. Відеофільм має повністю відповідати програмі, зокрема, віковим особливостям школярів. Він має доповнювати інформацію теми заняття, займати невелику частину часу (до 20 хв). Іноді відеофільм доцільно розділити на частини і обговорювати кожен з них окремо. Якщо розглядати етапи уроку, то відеоматеріали можна використовувати на будь-якому з них. На початку уроку — для активізації пізнавальної активності дітей; під час вивчення нового матеріалу — для ілюстрації нової теми, показу важливих моментів чи показу певних моментів. Проте не слід забувати, що головними дійовими особами на заняттях є учасники навчального процесу — вчителі і діти. Тому доцільно під час перегляду використовувати такі методи, як коментарі, обговорення. Важливо, щоб учні не лише оволодівали конкретними знаннями, а і адекватно сприймали поданий матеріал, робили правильні висновки із побаченого.

Метою використання відеофільмів може бути постановка певної проблеми або ілюстрація до теми уроку. Не обов'язково використовувати фільм повністю, іноді достатньо показати невеликий фрагмент. Якщо відеоматеріали використовуються у якості ілюстрації, то фрагментів може бути один, два чи більше. Однак, тривалість показу не повинна перевищувати у загальному 20 хв.

Усе вищезазначене передбачає формування у педагогів медіа-компетентності. Це поняття, визначене О. В. Федоровим, передбачає наявність у педагога знань і умінь щодо оцінки відеоматеріалів, критичного їх аналізу, уміння використовувати їх методично і технічно грамотно. О. В. Федоров визначає медіа-компетентність особистості як «сукупність її мотивів, знань, умінь, здібностей (показники: мотиваційний, контактний, інформаційний, перцептивний, інтерпретаційний/оціночний, практико-операційний/діяльнісний, креативний), які сприяють вибору, використанню, критичному аналізу, оцінці, створенню і передачі медіа-текстів у різних видах, формах і жанрах, аналізу складних процесів функціонування медіа в соціумі» [13].

Використання відеоматеріалів процес складний і творчий, вимагає відповідального ставлення: «Критичне творче мислення відносно системи медіа та медіа-текстів — складний рефлексивний процес мислення, який включає асоціативне сприйняття, синтез аналіз і оцінку механізмів функціонування медіа в соціумі і медіа-текстів (інформації/повідомлень), у сукупності з аудіовізуальною уявою, віртуальним експериментуванням, логічним та інтуїтивним прогнозуванням в мультимедійній сфері» [4].

За визначенням Російської педагогічної енциклопедії, медіа-освіта (англ. media education от лат. media — средства) як напрям у педагогіці, що виступає за вивчення «закономірностей масової комунікації (преси, телебачення, радіо, кіно, відео і т.д.). Основні завдання медіа-освіти: підготувати нове покоління до життя в сучасних інформаційних умовах, до сприйняття різної інформації, навчити людину розуміти її, усвідомлювати наслідки її впливу на психіку, опановувати способи спілкування на основі невербальних форм комунікації за допомогою технічних засобів» [11].

Потятиник Б. В. дає таке визначення медіа-освіти: «Медійна освіта — це науково-освітня сфера діяльності, яка ставить за мету допомогти індивідові сформувати психологічний захист від маніпуляції чи експлуатації з боку мас-медіа і розвинути/прищепити інформаційну культуру» [9].

А Г. В. Онкович зазначає, що медіа-освіта повинна включати навчання в таких напрямках «1) навчання журналістської діяльності (створення медіатекстів) нежурналістів — у гуртках журналістської майстерності; 2) навчання масовокомунікаційної діяльності (створення мас-медійних продуктів — періодичних видань, фільмів, кліпів, радіопередач тощо) на курсах і в гуртках; 3) безпосереднє використання продукції галузевих ЗМІ для підвищення фахового рівня; 4) опосередковане використання продукції ЗМІ у навчальному

процесі з метою поліпшення професійних знань (з мови, наприклад); 5) використання ЗМІ як засобу відпочинку або задоволення своїх потреб» [7].

В. Робак дає визначення поняття «медіапедагогіка»:

«Медіапедагогіка — це сукупність педагогічних концепцій, теорій, технологій та методик, які базуються на застосуванні медійних засобів (включаючи емпіричний досвід, теоретичні дослідження та нормативні акти)» і подає таку структуру «медіапедагогіки» (рис.1):

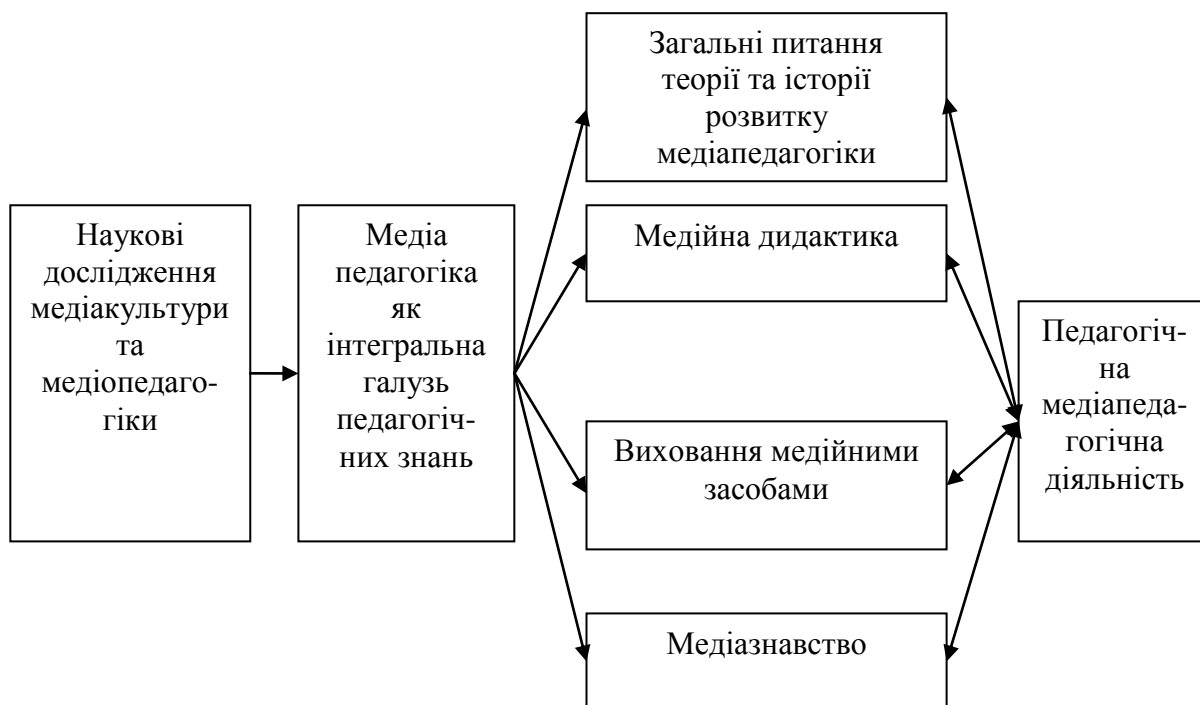


Рис 1. Структура медіапедагогіки та її зв'язки з теорією і практикою [10]

Медіа-освіта — це виклик часу і з початку нинішнього століття вона розпочинає свій розвиток в Україні: організуються круглі столи, інтернет-конференції, на курсах підвищення кваліфікації в навчальні плани вводяться години навчання інформаційно-комунікаційним технологіям. Використання педагогічних технологій спільно з відеоматеріалами повинні забезпечувати тісний взаємозв'язок навчання і виховання.

Бондаренко О. А. при використанні медіа-освіти рекомендує освоїти педагогам такі технології:

- організація сприятливого психологічного клімату і системи внутрішніх мотивацій для занять медіакультури в малих творчих групах;
- діагностику загального розвитку підлітків, ходу навчального процесу та його результатів;
- управління навчально-пізнавальною діяльністю учнів (включаючи аспект практичного орієнтування на самостійну творчість у сфері аудіовізуальних мистецтв);
- самоаналіз результатів навчання (рефлексія — як для учнів, так і для самого вчителя) [1]. Далі автор стверджує, що використання медіа повинно сприяти розвитку особистості і формуванню індивідуальності підлітка. У цілому подібний варіант освоєння медіа-культури повинен сприяти:
 - реалізації художньо-творчого потенціалу підлітків у формах, націлених на професійну орієнтацію;
 - формування рівноваги в емоційному та інтелектуальному освоєнні світу;
 - формування особистої та активізації громадської позиції школяра;

- освоєння ряду умінь і навичок, необхідних для повноцінного розуміння інформації та створення власних медіа-текстів;
- виникнення реальної, дієвої системи міжпредметних інтеграцій через роботу над конкретними творчими проектами;
- інтенсифікація освоєння знань з базових предметів та формування цілісної, єдиної картини світу. [1].

Висновок. Безперечно, методично грамотне використання відеоматеріалів робить урок яскравішим, матеріал — легшим для запам'ятовування, а знання психолого-педагогічних особливостей школярів розвиває емоційні, інтелектуальні, духовні цінності учнів. Тому наразі є вкрай необхідним інтегрувати у навчальні програми засоби медіа-освіти, створювати електронні ресурси для усіх вікових категорій школярів відповідно до нині діючих навчальних програм, використовувати відеоматеріали, обговорюючи доцільність їхнього використання з педагогами, психологами; педагогам ретельно підходити до питання якості і доцільності використання конкретних засобів медіа-освіти, особливо з формування здорового способу життя учнів, наприклад, уникати демонстрації сцен насильства, показу процесу вживання психотропних речовин тощо.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бондаренко Е. А. Технологии в сфере медиакультуры: Методическое пособие Е. А. Бондаренко. М., 2001.
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови / Уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. — К.; Ірпінь, 2001.; 713
3. Верстаков А. П. Медиаобразование в школе: школьная телестудия / А. П. Верстаков, С. С. Смирнов, С. А. Шувалов. — М.: Факультет журналистики МГУ имени М. В. Ломоносова, 2009. — С. 10.
4. Кадемія М. Ю. Інформаційно-комунікаційні технології навчання: термінологічний словник / М. Ю. Кадемія. — Л.: Сполом, 2009. — 260 с.
5. Кравець В. Технологія моделювання уроку з використанням ІКТ / В. Кравець, З. Дідик // Краєзнавство, географія, туризм. — березень 2010. — № 9 (638). — С. 3–5.
6. Онкович Г. В. Пресодидактика: Читаймо газету разом! — К., 1993
7. Онкович Г. В. Медіаосвіта як інтелектуально-комунікативна мережа / Г. В. Онкович // Вища освіта України. — 2008. — № 3. Д. 1. — Тем. вип. Наука і вища освіта в Україні: міра взаємодії. — С. 133.
8. Открытая электронная библиотека «Медиаобразование». — Режим доступу: <http://edu.of.ru/medialibrary/>.
9. Потятиник Б. Масова журналістська освіта — а чому б ні? / Б. Потятиник // Медіа Критика: Щоквартальний дайджест електронного журналу. — Л.: ЗУМЦНЖ, 2005. — Ч.10. — С.7–10.
10. Робак В. До питання про розвиток медіапедагогіки у Німеччині / В. Робак // Другий український педагогічний конгрес: зб. матер. конгресу. — Львів: ТзОВ Камула, 2006. — С. 275–286.
11. Российская педагогическая энциклопедия. — М., 1993. — С.555.
12. Федій О. А. Естетотерапія: навч. посібник / О. А. Федій. — К.: Видавництво «Центр учбової літератури», 2012. — 304 с.
13. Фёдоров А. В. Развитие медиакомпетентности и критического мышления студентов педагогического вуза. — М.: МОО ВП, 2007.
14. Федоров А. В. Медиаобразование: вчера и сегодня. М.: Изд-во МОО ВПП ЮНЕСКО «Информация для всех», 2009. — 234 с.

УДК 641.8 (076.5)

РОБОЧИЙ ЗОШИТ ЯК ЗАСІБ ОРГАНІЗАЦІЇ ПОЗААУДИТОРНОЇ РОБОТИ З БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Коновалова О. О., Грицюк Н. М.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Створення сучасного освітнього простору супроводжується збільшенням ролі позааудиторної роботи студентів. Організація самостійної роботи з нормативних дисциплін вимагає нових методичних підходів. Перспективним для студентів молодших курсів є використання «Робочі зошитів» з друкованою основою, знайомих їм із школи. Відповідно до робочої програми з безпеки життєдіяльності створено робочий зошит для студентів гуманітарних факультетів. Експериментальне використання таких зошитів в навчальному процесі філологічного факультету привело до підвищення середнього балу підсумкового контролю (27 проти 17 без використання зошиту). Під час інтерв'ю, проведеного з викладачами, які використовували робочий зошит у роботі з студентами, було отримано позитивні відгуки.

Ключові слова: безпека життєдіяльності, самостійна робота, робочий зошит.

Создание современного образовательного пространства сопровождается увеличением роли внеаудиторной работы студентов. Организация самостоятельной работы по нормативным дисциплинам требует новых методических подходов. Перспективным для студентов младших курсов является использование «Рабочих тетрадей» с печатной основой, знакомых им со школы. В соответствии с рабочей программой по безопасности жизнедеятельности разработана рабочая тетрадь для студентов гуманитарных факультетов. Экспериментальное использование таких тетрадей в учебном процессе филологического факультета привело к повышению среднего балла итогового контроля (27 против 17 без использования тетради). Во время интервью, проведенного с преподавателями, использовавшими рабочую тетрадь в работе со студентами, были получены положительные отзывы.

Ключевые слова: безопасность жизнедеятельности, самостоятельная работа, рабочая тетрадь.

Creation of a modern educational environment is accompanied by increasing part of extracurricular student work. Organization of self study on normatives requires new methodological approaches. For junior-course students promising is using printing-based «Workbooks» which are familiar to them from the school. Workbook for students of departments of humanities had been developed according to the work program. Experimental use of such workbooks in the philological department educational process led to increasing of the resulting check average score (27 to 17 without using the books). Positive reviews were received during an interview conducted with teachers who used the workbook for work with students.

Keywords: life safety, self study, workbook

Навчальний процес у вищій школі у відповідності до умов Болонського процесу, що поступово впроваджуються у вищу освіту України, має бути спрямований на підготовку освіченого фахівця, який вміє ініціативно, творчо мислити, самостійно поповнювати свої знання та застосовувати їх у діяльності.

Успішність підготовки фахівців залежить від багатьох факторів, одним з яких є самостійна робота студентів у позааудиторний час. В процесі впровадження кредитно-модульної системи навчання у ВНЗ, значна частина навчального матеріалу вноситься на самостійне опрацювання студентами. Тому основним завданням викладача у вищій школі стає не репродуктивне викладання набору готових знань, а організація активної самостійної роботи студентів позааудиторний час. Нині зростає рівень інтелектуальних запитів студентів і водночас з'являються нові технології навчання, з якими має бути обізнаний кожний майбутній фахівець. Молодому спеціалісту, який не навчався у ВНЗ самостійно здобувати знання, буде не просто розвинути в собі ці якості в професійній діяльності. Щоб виконати завдання, які постали перед вищою школою, потрібно вдосконалювати навчально-виховний процес, розробляти нові методи і форми взаємодії викладача і студента, стимулювати самостійну навчальну діяльність молоді, оскільки саме життя довело, що тільки ті знання, які людина набула самостійно, завдяки власному досвіду, думці й діям, стають справді її

здобутком. Тому у вищих навчальних закладах останнім часом спостерігається тенденція до збільшення годин на самостійну роботу в позааудиторний час. Оволодіння уміннями та навичками самостійної діяльності є найважливішою умовою здійснення безперервної освіти [6].

Безпека життєдіяльності (БЖД) — одна з наймолодших галузей наукових знань, яка спрямована на вирішення основної проблеми сучасного суспільства України — збереження безпеки життєдіяльності людини.

У 1995 році було видано наказ Міністра освіти України видав наказ №182/200 від 20.05.95 про обов'язкове введення дисципліни «Безпека життєдіяльності» для всіх спеціальностей у всіх вищих навчальних закладах

За змістом дисципліна БЖД формує світогляд майбутнього фахівця, який у своїй повсякденній праці повинен створювати передумови запобігання нещасним випадкам, захворюванням та усуненням негативного впливу загроз здоров'ю людини, її існуванню в різних за характером надзвичайних ситуаціях.

Нормативна дисципліна БЖД становить фундамент для розвитку інших дисциплін циклу, що розглядають «людський фактор» (екологія, охорона праці, цивільний захист та інші). Тому дуже актуальним є пошук шляхів покращення процесу викладання цієї дисципліни, зокрема для студентів гуманітарних факультетів, для яких важким для розуміння та усвідомлення є аспекти механізмів впливу на функціонування організму людини фізичних, хімічних та біологічних факторів оточуючого середовища.

Аналіз досвіду використання «Паспортів здоров'я», розроблених кафедрою валеології, студентами в Харківському національному університеті імені В. Н. Каразіна показав, що заповнення «Паспортів здоров'я» примушує замислитись над шляхами забезпечення свого безпечного існування. [3].

Слід зауважити, що теми «Природні загрози, характер їхніх проявів та дії на людей», «Техногенні небезпеки та їх наслідки» містять мало практичних занять, велика частина теоретичного матеріалу дається для самостійного вивчення. Студентам гуманітарних факультетів важко вивчати цей матеріал через недостатню підготовку з фізики, хімії та біології. Тому «Робочий зошит» має допомогти їм у вивченні складних питань та самоконтролі набутих знань.

«Робочі зошити» широко використовуються в загальноосвітній школі, тому ця форма роботи добре знайома студентам 1-2 курсів, на яких саме і вивчається БЖД. У практиці вищих навчальних закладів ця робота ще не набула поширення. Нам відомо лише використання робочих зошитів при викладанні дисциплін природничого циклу в Харківському медичному університеті.

Тому актуальним було створення робочого зошита для підвищення якості засвоєння студентами нормативної дисципліни БЖД.

Новизна даної роботи полягає в визначенні ефективності створеного робочого зошиту як засобу організації позааудиторної роботи з БЖД для студентів гуманітарних факультетів, який дозволяє визначити не тільки стан здоров'я, а і рівень знань по даній дисципліні.

Об'єкт дослідження – організація самостійної роботи студентів вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації.

Предмет — методика організації самостійної роботи студентів в позааудиторний час в процесі вивчення дисципліни БЖД.

Мета — визначити ефективність створеного робочого зошиту як засобу організації позааудиторної роботи з БЖД для студентів гуманітарних факультетів.

Завдання:

1. Розробити робочий зошит з БЖД для самостійної роботи студентів згідно навчальної програми.

2. Проаналізувати ефективність створеного робочого зошиту як засобу організації позааудиторної роботи з БЖД для студентів гуманітарних факультетів.

Практична значущість даної роботи полягає у впровадженні в практику створеного робочого зошиту як засобу організації позааудиторної роботи з БЖД для студентів гуманітарних факультетів.

Результати та їх обговорення

Основними формами організації самостійної роботи при вивченні дисципліни БЖД є читання підручника, нормативних джерел, практичні роботи та заповнення зошита з друкованою основою; відповідь на запропоновані запитання; підготовка рефератів, доповідей, розв'язання задач і вправ за взірцем, розв'язання ситуативних задач. Розробляючи завдання для самоконтролю, ми керувалися рівнем знань, який повинні отримати студенти з цього питання, та признаками, які відповідають даному рівню знань [2, 4]. Крім того, треба враховувати, що у процесі життєдіяльності у кожної людини формується і удосконалюється особистий стиль самостійної розумової роботи. Такий стиль — це сукупність прийомів, запозичених у інших людей, а також відпрацьованих конкретною людиною. При виконанні завдань із зошита у студента виховується розуміння того, що для навчання потрібні воля, цілеспрямованість, бажання якомога більше пізнати. Потрібно також враховувати необхідність створення у ВНЗ здоров'язбережувального освітнього простору [7].

Мета видання зошиту для роботи в аудиторії та при самостійному вивченні матеріалу — більш чітка організація робіт, зручність і комфорт при виконанні завдання.

У ході організації самостійного вивчення дисципліни БЖД викладачі допомагають студентам цілком ясно уявити собі мету самостійної роботи, її задачі, форми та методи, навчитися свідомо самоконтролювати результати роботи.

Згідно Наказу МОН України № 1057 від 08.11.2010 програма з БЖД складається з 2 змістовних модулів:

- 1) безпека життєдіяльності в системі «людина–життєве середовище»;
- 2) джерела небезпеки життєдіяльності людини та породжені ними фактори.

Розподіл часу за робочою програмою: 36 год. – аудиторні заняття (18 год. — лекції, 18 год. – практичні заняття), 18 год. — самостійна робота студентів. Слід зазначити, що на відміну від програми, затвердженої МОН України, філологічний факультет навчальним планом не передбачив практичних занять, тому самостійна робота з «Робочим зошитом з БЖД» — єдина можливість для студентів філологічного факультету набути передбачені нормативною програмою навички та заповнити «Паспорт здоров'я студента». При підготовці завдань із самодіагностики здоров'я використовувався попередній досвід кафедри [1, 8].

На відміну від цього на механіко-математичному факультеті є лише практичні заняття, тому завдання для самостійної роботи, в тому числі тестові, допоможуть студентам цієї спеціальності перевірити самостійно набуті знання з БЖД [5].

Розроблений «Робочий зошит з БЖД» має таку структуру:

Модуль 1.

1. Завдання для самостійної роботи №1. Безпека життєдіяльності як наука.
2. Практична робота №1. Кількісна оцінка ризиків для здоров'я людини.
3. Завдання для самостійної роботи №2. Здоров'я людини в системі «людина — життєве середовище» .
4. Практична робота №2. Методи оцінки фізичної надійності людини.
5. Практична робота №3. Визначення біоритмологічного типу працездатності і критичних днів людини.
6. Практична робота №4. Визначення типу темпераменту.
7. Завдання для самостійної роботи №4. Раціональні умови життєдіяльності людини.
8. Завдання для самостійної роботи №5.
9. Практична робота №5. Оцінка індивідуальних добових енерговитрат.
10. Практична робота №6. Визначення стресового навантаження на організм людини.

Модуль 2.

11. Завдання для самостійної роботи №6. Природні та техногенні небезпеки.
11. Практична робота №7. Вплив хімічних факторів на здоров'я людини.
12. Практична робота №8. Неадекватність самооцінки та інші причини виникнення конфліктів.

13. Завдання для самостійної роботи №7. Фактори зниження життєдіяльності людини: наркотики (наркоманія), алкоголь (алкоголізм), тютюнопаління.

14. Завдання для самостійної роботи №8. Тестові завдання.

15. Практична робота №9. Оцінка духовного здоров'я людини.

16. Завдання для самостійної роботи №9. Розрахунок часу евакуації під час пожежі.

Додаток А. Паспорт здоров'я студента.

В зошиті міститься матеріал, необхідний для виконання 9 практичних робіт загальним обсягом 18 год. та 9 завдань з друкованою основою для заповнення для самостійної роботи (з розрахунку 18 год. самостійної роботи)

Для перевірки ефективності використання зошита було проведено педагогічний експеримент на 2 потоках філологічного факультету. Студенти 5 академічних груп (91 студент) використовували для позааудиторної роботи зошит, а студенти 4 академічних груп (81 чол.) склали контрольну групу. За результатами експерименту отримали, що студенти експериментальної групи мали середній бал успішності за результатами підсумкового контролю 27 на відміну від 17 в контрольній групі.

При порівнянні розподілу студентів за рівнями успішності виявлено (табл. 1), що студенти експериментальної групи мали переважно рівень знань «вище середнього», в той час як в контрольній групі переважали оцінки рівня «нижче середнього».

Таблиця 1. Розподіл студентів експериментальної і контрольної групи за рівнями успішності (% від загальної кількості студентів відповідної групи)

Рівні	нижче середнього	середній	вище середнього
Бали за результатами підсумкового тестування	до 20	20–30	30–40
Експериментальна група	16	37	47
Контрольна група	59	39	2

При детальному вивченні впливу роботи з зошитом на засвоєння теоретичних знань та набуття навичок (табл. 2) виявлено, що у студентів експериментальної групи отримали значно вищі бали за виконання практичних завдань підсумкової залікової роботи.

Таблиця 2. Середні бали по окремих розділах підсумкового тестування у студентів експериментальної і контрольної групи.

Окремі розділи підсумкового тестування	теоретичні знання	розділи, надані для самостійного вивчення	практичні завдання
Експериментальна група	8	2	16
Контрольна група	6	1	8

В ході інтерв'ю з викладачами, які використовували даний зошит, виявлені позитивні відгуки, зокрема, відзначалось, що за допомогою розробленого зошита набагато простіше працювати з студентами, донести новий матеріал, а також повторити раніше пройдений, бо студент працює самостійно в позааудиторний час в даному зошиті. Тому і успішність студентів, які користуються даним зошитом з дисципліни БЖД значно вища.

Таким чином, аналіз досвіду використання робочого зошиту як засобу організації позааудиторної роботи з БЖД студентами гуманітарних факультетів в Харківському національному університеті імені В.Н. Каразіна показав, що заповнення робочого зошиту виховує у студентів стійкі навички постійного поповнення своїх знань, а також сприяє підвищенню рівня знань з даного предмету.

Висновки

1. Аналіз ефективності створеного робочого зошиту як засобу організації позааудиторної роботи з БЖД для студентів гуманітарних факультетів показав наявність у студентів стійких навичок постійного поповнення своїх знань, а також підвищення рівня знань з даного предмету за результатами середнього балу підсумкового контролю.

2. В ході інтерв'ю з викладачами, які використовували робочий зошит у роботі зі студентами, було отримано позитивні відгуки, що свідчать про підвищення успішності студентів, які користуються даним зошитом з дисципліни БЖД.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гончаренко М. С. Безпека життєдіяльності та основи валеології. Методичний посібник для практичних занять /М. С. Гончаренко, О. О. Коновалова, Л. В. Васильєва, Н. В. Самойлова, Г. М. Тимченко. — Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2005. — 93 с.
2. Березуцький В. В. Безпека життєдіяльності: Навчальний посібник /В. В. Березуцький, Л. А. Васьковець, Н. П. Вершиніна та ін. — Х.: Факт, 2005. — 348 с.
3. Гончаренко М. С. Використання комп'ютерних методів діагностики та «Паспортів здоров'я» у викладанні курсу БЖД в Харківському Національному університеті /М. С. Гончаренко, О. О. Коновалова, С. Ф. Аверіна, Н. В. Самойлова, Т. П. Камнева // Безпека життя і діяльності та здоров'я учнівської молоді: Матер. н.-пр. конференції. – Бердянськ, 20-21 червня 2002 р. — С. 25 — 33.
4. Желібо Є. П. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів освіти України I-IV рівнів акредитації/ Є. П. Желібо, Н. М. Заверуха, В. В. Зацарний. – Львів: К.: «Каравела», Львів: «Новий Світ», 2002. — 328 с.
5. Іванова І. В. Безпека життєдіяльності: навчально-контролюючі тести/ І. В. Іванова, В. М. Заплатинський, С. П. Гвоздй. – Київ: «Саміт-книга», 2005. — 148 с.
6. Козаков В. А. Самостійна робота студентів як дидактична проблема / В. А. Козаков. — К.: НМК ВО, 1990. — 62 с.
7. Коновалова Е. О. Валеологические методы адаптации студентов университетов к учебному процессу / Е. О. Коновалова, А. В. Гончаренко, Л. С. Лойко // Вісник Харківського національного університету № 818. — Серія: «Валеологія: сучасність і майбутнє». – вип. 5. «Теорія та методика навчання фізичній культурі та основам здоров'я». — Харків, 2008. — С. 107–119.
8. Коновалова Е. О. Современные подходы к валеологической диагностике индивидуального здоровья / Е. О. Коновалова // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: Матер. Міжнар. наук.-практ. конф. Т.ІІ — Харків, 4–6.04.03 р. — С.134–141.

УДК 378.016:51+53]:004.4

ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ КОМП'ЮТЕРНИХ НАВЧАЛЬНИХ ПРОГРАМ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ФІЗИКО-МАТЕМАТИЧНИХ ДИСЦИПЛІН СТУДЕНТАМИ ЗА УМОВ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЇХ ЗДОРОВ'Я

Коробська Г. В.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

У статті визначено можливості та переваги комп'ютерних навчальних програм. Виявлено різні класифікації зазначених програм відповідно до навчального призначення (тренувальні, проблемного навчання, імітаційно-моделюючі, програми-наставники тощо). Проаналізовано досвід використання комп'ютерних програм (MS Excel, Electronics Workbench, MathCAD та інші) у навчанні студентів фізико-математичним дисциплінам (моделювання різних процесів чи явищ, проведення лабораторних робіт, здійснення математичних розрахунків, побудова графіків тощо). Розкрито умови ефективності застосування зазначених програм у навчальному процесі ВНЗ (відповідність системи завдань, практичних і лабораторних робіт рівню сформованості знань, умінь і навичок студентів; урахування профільної спрямованості навчання з метою формування в майбутніх фахівців предметних і міжпредметних умінь; зведення до мінімуму негативних чинників, що впливають на стан здоров'я студентів, тощо).

Ключові слова: комп'ютерні навчальні програми, дисципліни фізико-математичного циклу, програмне забезпечення навчання, студенти, збереження здоров'я.

В статье раскрыты возможности и преимущества компьютерных учебных программ. Определены различные классификации указанных программ в соответствии с учебным предназначением

(тренировочные, проблемного обучения, имитационно-моделирующие, программы-наставники и другие). Проанализирован опыт применения компьютерных программ (MS Excel, Electronics Workbench, MathCAD и другие) в обучении студентов физико-математическим дисциплинам (моделирование различных процессов или явлений, проведение лабораторных работ, осуществление математических расчетов, построение графиков и другое). Раскрыты условия эффективности использования указанных программ в учебном процессе ВУЗов (соответствие системы заданий, практических и лабораторных работ уровню сформированности знаний, умений и навыков студентов; учет профильной направленности обучения с целью формирования у будущих специалистов предметных и межпредметных умений; сведение к минимуму негативных факторов, которые влияют на состояние здоровья студентов, и другое).

Ключевые слова: компьютерные учебные программы, дисциплины физико-математического цикла, программное обеспечение обучения, студенты, сохранение здоровья.

The abilities and preferences of computer educational programs are given in this article. Different classifications of aforementioned programs (training, problem education, simulation, tutor and others) in accordance with the training are presented. The experience of computer program usage (MS Excel, Electronics Workbench, MathCAD and others) to teach students physical and mathematical disciplines are analyzed (modeling of different processes or phenomena, performance of laboratory works, realization of mathematical calculations, plotting and others). Conditions of effectiveness of these programs applications in the higher educational establishment are defined (correspondence of knowledge system, practical and laboratory works to students' knowledge and skills, consideration of students' professional specialization to form future specialist's subject and intersubject skills; minimizing the negative factors affecting state of health of students and others).

Key words: computer educational programs, physical and mathematical disciplines, educational software, students, preservation of health.

Постановка проблеми. У зв'язку зі стрімким розвитком інформаційних технологій важливого значення набуває збалансоване використання комп'ютерних програм у навчальному процесі ВНЗ. Так, уміле залучення електронно-обчислювальної техніки для навчання студентів сприяє розвитку їх інтелектуального та творчого потенціалу, дозволяє вчитися аналітичному мисленню, створює умови для самостійного здобуття знань, а також допомагає майбутнім фахівцям орієнтуватися в освітньому просторі.

Аналіз актуальних досліджень. Важливо зазначити, що в умовах розвитку науково-технічного прогресу сучасна система вищої освіти орієнтована на підвищення якості професійної підготовки студентів за допомогою комп'ютеризації навчального процесу.

Безперечно, одним із пріоритетних напрямів розвитку вищої освіти стає використання комп'ютерних ресурсів для навчання студентів фізико-математичним дисциплінам. Проблемі залучення інформаційних технологій в освітній простір присвячені праці таких науковців, як В. Биков, С. Гончаренко, А. Гуржий, Р. Гуревич, М. Жалдак, Ю. Жук, В. Монахов, Н. Морзе, Н. Тализіна та інших. Зокрема, окремі аспекти ефективності використання комп'ютерних технологій та розробки програмного забезпечення навчального процесу вищої школи знайшли відображення у працях О. Глазунової, В. Дьяконова, Т. Крилової, В. Лапінського, Ю. Машбиця, О. Нікуліна, Ю. Овсієнко, Ю. Рамського, Л. Шевчук та інших.

Метою статті є визначення можливостей та переваг комп'ютерних навчальних програм, виявлення різних їх класифікацій відповідно до навчального призначення, аналіз досвіду використання комп'ютерних програм у навчанні студентів фізико-математичним дисциплінам, розкриття умов ефективності застосування зазначених програм у навчальному процесі ВНЗ.

Виклад основного матеріалу. Як свідчить проведене дослідження, комп'ютерні навчальні програми орієнтовані на реалізацію потреб навчального процесу та спрямовані, в першу чергу, на досягнення цілей навчання. При цьому, такі програми передбачають не тільки забезпечення інформаційного наповнення, а й організують взаємодію користувача з програмою в режимі діалогу, що дозволяє самостійно моделювати різні процеси, проводити досліди та здійснювати тестовий контроль засвоєння навчального матеріалу.

У свою чергу, вивчення студентами фізико-математичних дисциплін за допомогою програмного забезпечення дозволяє успішно проводити лабораторні роботи, організовувати демонстрації певних процесів чи явищ, створювати рухомі моделі об'єктів, розв'язувати задачі, будувати графіки тощо [7].

Встановлено, що залучення комп'ютера до навчального процесу впливає на зміст і структуру педагогічної діяльності викладача, а також активізує мотивацію студентів до навчання. У зв'язку з цим система взаємовідносин між викладачем і студентами переходить на якісно новий рівень [3; 8].

Як слушно зазначає Ю. Машбиць [3], комп'ютер значно розширює можливості навчального процесу, сприяючи його ефективному оновленню. Так, на думку науковця, до переваг комп'ютерних засобів навчання можна віднести:

- конструювання навчальної діяльності (імітація реальних моделей дійсності за рахунок кольорової графіки, звукових ефектів, відео роликів тощо);
- посилення мотивації тих, хто навчається (регулювання навчальних задач за рівнями складності);
- усунення негативного ставлення до навчання (повне розв'язання задачі за рахунок наявності системи підказок, пояснення незрозумілого матеріалу та наведення принципу розв'язання задач);
- активне залучення учнів до навчального процесу (регулювання системою управління навчальною діяльністю з можливістю вибору способів викладання матеріалу та надання необхідної допомоги);
- розширення набору навчальних завдань (керування принципом розв'язання задач);
- якісний контроль за діяльністю учнів і забезпечення гнучкого управління навчальним процесом (перевірка розв'язання задач, фіксування та аналіз помилок);
- сприяння формуванню в учнів рефлексії власних дій (наглядне представлення результатів своєї діяльності).

З'ясовано, що комп'ютерне навчання поєднує в собі як найпростіші програми для закріплення навичок, так й інтелектуальні навчальні системи, які спрямовані на управління навчанням у режимі діалогу між студентом і комп'ютером. Так, відповідно до навчального призначення комп'ютерні навчальні програми поділяють на такі, як: тренувальні (закріплення вмінь і навичок у режимі питання-відповідь); програми-наставники (засвоєння нових понять у формі діалогу); проблемного навчання (непряме керування діяльністю учнів під час розв'язання задач); імітаційно-моделюючі (імітація та моделювання процесів чи явищ); ігрові (створення ігрових ситуацій) [3].

З наукової літератури встановлено [1; 7], що серед сучасних комп'ютерних програм навчального призначення дослідники виділяють комп'ютерний навчальний комплекс, мультимедійну навчально-ігрову програму, віртуальну лабораторію, електронний навчально-методичний комплекс, аналітично-пошукову систему, майстер-клас, програмно-методичний комплекс, педагогічний програмний засіб, навчальний програмний комплекс, програмне середовище, енциклопедію, електронний посібник, електронні навчальні курси, інтегрований електронний комплекс, бази знань, програми-тренажери тощо.

Як підкреслюють дослідники [1; 2], при вивченні студентами предметів фізико-математичного циклу найбільший інтерес викликають імітаційні та моделюючі програми (Electronics Workbench та інші), під час роботи з якими користувач досліджує реальні чи віртуальні процеси (або явища) за рахунок побудови відповідної навчальної моделі. Широкі навчальні можливості мають програми імітації експерименту (віртуальні лабораторії), за допомогою яких проводиться лабораторна робота, що ґрунтується на використанні комп'ютерних імітаційних моделей об'єктів вивчення. При цьому студент виступає в ролі експериментатора, проводячи реальний дослід за допомогою віртуальних вимірювальних приладів, здійснюючі вибір значень певних параметрів, проводячи вимірювання та побудови на основі таблиць, графіків тощо.

Важливо зазначити, що використання інформаційних технологій при навчанні студентів фізико-математичним дисциплінам передбачає розв'язання задач за допомогою залучення програмного забезпечення (MathCAD, MS Excel тощо). При цьому О. Нікулін і Т. Наконечна підкреслюють, що при розв'язанні студентами навчальних задач необхідно поєднувати автоматизований (за допомогою комп'ютерних програм) та аналітичний (розрахунки без

залучення техніки) методи. Такий підхід сприяє ефективному формуванню та розвитку вмінь студентів, закріпленню навичок аналітичних та обчислювальних робіт. Крім того, автоматизація розрахунків наближає навчальні завдання до реальних умов, сприяє розширенню обчислювальної практики за рахунок збільшення кількості розв'язуваних студентами завдань на комп'ютері [4].

За Л. Шувчук, для розв'язання математичних задач ефективним є використання комп'ютерної графіки (графічна система КОМПАС-3D), яка дозволяє студентам вирішувати метричні задачі, здійснювати афінні перетворення (перенесення, поворот, симетрія, масштабування), виконувати теоретико-множинні операції (перетин, об'єднання, доповнення, вилучення) тощо. Під час проведення таких лабораторних практикумів студенти виконують креслення геометричних об'єктів, створюють і редагують просторові моделі, що забезпечує необхідний і достатній рівень знань майбутніх фахівців, сприяє формуванню в них професійних навичок і вмінь, готує їх до застосування набутих знань у подальшій професійній діяльності [9].

Ми поділяємо погляди дослідників [5] про те, що проведення лабораторно-практичних занять із вищої математики з використанням електронних таблиць MS Excel дозволяє ознайомлювати майбутніх фахівців із використанням статистичних методів для обробки експериментальних даних, сприяє організації та проведенню певних досліджень, орієнтує правильно інтерпретувати отримані результати. Крім того, така робота сприяє формуванню у студентів умінь раціонально проводити самостійні експериментальні дослідження при виконанні курсових і дипломних робіт, а також усвідомленню професійної спрямованості навчального матеріалу.

Зазначимо, що при використанні комп'ютерних навчальних програм важлива увага має приділятися розвитку творчого мислення студентів, оригінальності висновків, нестандартності відповідей, швидкості та доцільності дій, здатності до виявлення нових особливостей в об'єкті дослідження, генерації нових ідей та гіпотез, усвідомленню власної розумової діяльності, критичності мислення, глибини знань, формуванню вмінь абстрагувати та виявляти нові зв'язки між елементами [6].

Зауважимо, що при використанні комп'ютерних навчальних програм необхідно мінімізувати негативні чинники (електромагнітне випромінювання, навантаження на зір тощо), що погіршують стан здоров'я студентів. Так, працюючи за комп'ютером слід встановити регламентовані перерви для відпочинку, використовувати комплекс гімнастичних вправ для очей та суглобів, що дозволить запобігти професійних захворювань і нормалізувати розумову працездатність тих, хто навчається.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, виходячи з теоретичних і практичних досліджень науковців можна зробити висновок, що використання комп'ютерних навчальних програм для вивчення студентами фізико-математичних дисциплін відбуватиметься ефективно при врахуванні наступних умов, а саме: 1) високого рівня підготовки викладача до використання інформаційних технологій; 2) відповідності системи завдань, практичних і лабораторних робіт рівню сформованості знань, умінь і навичок студентів; 3) профільної спрямованості навчання з метою формування предметних і міжпредметних умінь; 4) наявності задач різного рівня складності; 5) індивідуалізації здібностей кожного студента; 6) високої мотивації студентів до навчання; 7) реалізації зворотного зв'язку з можливістю діагностики та усунення помилок; 8) обмеження шкідливих чинників, що негативно впливають на стан здоров'я студентів.

До подальших напрямів дослідження слід віднести визначення ролі викладача у процесі навчання студентів фізико-математичним дисциплінам за допомогою комп'ютерних програм.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дем'яненко В. М., Шишкіна М. П. Методичні рекомендації з оцінювання якості електронних засобів і ресурсів у навчально-виховному процесі / В. М. Дем'яненко, М. П. Шишкіна // Інформаційні технології і

- засоби навчання: електронне наукове фахове видання [Електронний ресурс] – 2011. – № 6 (26). – Режим доступу : http://www.nbu.gov.ua/e-journals/ITZN/2011_6/11dvmnvp.pdf.
2. Дима Я. Ю. Комп'ютерні емулятори та симулятори вимірювальних приладів на заняттях з фізики / Я. Ю. Дима // Інформаційні технології і засоби навчання: електронне наукове фахове видання [Електронний ресурс] – 2010. – № 4 (18). – Режим доступу : <http://www.nbu.gov.ua/e-journals/ITZN/em18/content/10dyylpt.htm>.
 3. Машбиц Е. И. Психолого-педагогические проблемы компьютеризации обучения : (Педагогическая наука – реформе школы) / Е. И. Машбиц. – М. : Педагогика, 1988. – 192 с.
 4. Нікулін О. В., Наконечна Т. В. Оновлення посібників з вищої математики під час використання ІКТ / О. В. Нікулін, Т. В. Наконечна // Інформаційні технології і засоби навчання: електронне наукове фахове видання [Електронний ресурс] – 2010. – № 6 (20). – Режим доступу : <http://www.nbu.gov.ua/e-journals/ITZN/em20/content/10noviou.htm>.
 5. Овсієнко Ю. В., Флегантов Л. О. Методика вивчення алгоритму побудови математичних моделей методом найменших квадратів із використанням комп'ютерної техніки / Ю. В. Овсієнко, Л. О. Флегантов // Інформаційні технології і засоби навчання: електронне наукове фахове видання [Електронний ресурс] – 2010. – № 4 (18). – Режим доступу : <http://www.nbu.gov.ua/e-journals/ITZN/em18/content/10oyitcu.htm>.
 6. Опыт компьютерной педагогической диагностики творческих способностей / под научн. ред. проф. В. И. Андреева. – Казань : Изд-во Казан. ун-та, 1989. – 142 с.
 7. Савченко З. В. Стан розробки програмного забезпечення та інформаційних баз даних для навчальних закладів / З. В. Савченко // Інформаційні технології і засоби навчання: електронне наукове фахове видання [Електронний ресурс] – 2009. – № 2 (10). – Режим доступу : <http://www.nbu.gov.ua/e-journals/ITZN/em10/emg.html>.
 8. Талызина Н. Ф. Психолого-педагогические основы автоматизации учебного процесса / Н. Ф. Талызина // Психолого-педагогические и психофизиологические проблемы компьютерного обучения : сб. науч. тр. / отв. ред. А. А. Бодалева. – М. : Изд-во АПН СССР, 1985. – С. 11-25.
 9. Шевчук Л. Д. Формування знань, умінь і навичок з прикладної інформатики за допомогою лабораторного практикуму / Л. Д. Шевчук // Інформаційні технології і засоби навчання: електронне наукове фахове видання [Електронний ресурс] – 2010. – № 4 (18). – Режим доступу : <http://www.nbu.gov.ua/e-journals/ITZN/em18/content/10sldwpl.htm>.

УДК 613.4:378.8

ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ДО ЗДОРОВ'Я У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ВАЛЕОЛОГІЇ

Куйдіна Т. М.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Харків, Україна

У статті розглядається роль освіти у вихованні гармонійної здорової людини. Проблема формування культури здоров'я найбільш актуальна відносно молодого покоління, оскільки молодь знаходиться у вирішальній стадії становлення особистості. Досліджується вплив валеологічної освіти на формування ставлення до здоров'я як цінності у майбутніх вчителів. Робиться спроба розкрити взаємозв'язок і взаємозалежність між духовним потенціалом особистості і станом фізичного, психологічного та духовного здоров'я.

Ключові слова: здоров'я, студенти, ціннісне ставлення, валеологія, освіта.

В статье рассматривается роль образования в воспитании гармоничного здорового человека. Проблема формирования культуры здоровья наиболее актуальна в отношении молодого поколения, поскольку молодежь находится в решающей стадии становления личности. Исследуется влияние валеологического образования на формирование отношения к здоровью как ценности. Делается попытка раскрыть взаимосвязь и взаимозависимость между духовным потенциалом личности и состоянием физического, психологического и духовного здоровья.

Ключевые слова: здоровье, студенты, ценностное отношение, валеология, образование.

The problem of creating a culture of health is the most pressing in respect of the younger generation as the youth is being at a crucial stage of making up of personality. The role of education shall be considered in raising of healthy well-balanced person. The influence of valeological education on formation of the attitude to health as a value is being studied. An attempt is made to reveal a relationship and interdependence between the spiritual

potential of a person and the state of physical, mental and spiritual health.

Key words: health, students, value ratio, valueology and education.

В наш час проблема формування, зміцнення та збереження здоров'я на особистісному та суспільному рівнях набула загальнопланетарного значення й розглядається як така, що кардинально змінює подальший розвиток людини. Життя та здоров'я людини виступають найвищою цінністю і одним з головних показників цивілізованості суспільства.

А збереження здоров'я дітей та молоді є одним з найважливіших питань сучасності, що потребує системного дослідження і вирішення на всіх рівнях освітнього процесу [4].

За умови широкої валеологізації навчально-виховного процесу в сучасній школі важливим залишається формування культури здоров'я, тобто особистісних установок на здоровий спосіб життя, на усвідомлення людиною цінності здоров'я. Особливо актуальним є формування ціннісного ставлення до здоров'я майбутніх вчителів для збереження здоров'я та гармонійного розвитку всіх суб'єктів освітнього процесу, що сьогодні є одним з головних завдань вищої освіти (Державна національна програма «Освіта», «Україна ХХІ століття» та Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» на 2002–2011 роки).

В роботах С. Анісімова, В. Алексеева, І. Брехмана, Б. Єрасова, А. Здравомислова, М. Кагана, В. Казначеева, Д. Леонтьєва, І. Смирнова, Е. Фромма розкриваються філософський і культурологічний аспекти ціннісного ставлення до навколишнього світу.

Психологічні засади проблеми ціннісного ставлення взагалі розглядалися в дослідженнях О. Леонтьєва, В. Мясичева, А. Петровського, С. Рубінштейна та ін.

Питання ролі та місця цінностей в освіті розглядалися у працях Н. Асташової, В. Бакірова, І. Бега, В. Гріньової, В. Сухомлинського, О. Сухомлинської, Н. Ткачової, Т. Титаренко. Педагогічний аспект ціннісного ставлення до здоров'я репрезентовано в працях В. Андреева, І. Борзенка, О. Васильєва, М. Гончаренко, О. Дубогай, Л. Жаліло, І. Журавльова, Г. Зайцева, С. Кириленко, М. Куїнджи, А. Маслоу, М. Никандрова, В. Оржеховської, Л. Татарнікової та ін.

Питанням формування ціннісного ставлення учнівської та студентської молоді до свого здоров'я присвячені дисертаційні дослідження Т. Белінської, В. Беленова, Л. Ідіатулліної. Окремі аспекти цієї проблеми були предметом наукових досліджень В. Горашука, В. Бабича, Ю. Драгнева, Г. Кривошеєвої, С. Лебедченко, М. Литвинової, Л. Овчиннікової та ін.

Саме у вищій школі формується ставлення спеціаліста в процесі навчання, набуття професійних знань, вмінь та навичок, здійснюється соціалізація молодого спеціаліста. Студентство – це той віковий період підвищеної чутливості, коли є можливість формувати у молоді звички здорового способу життя, валеологічну культуру, валеологічний світогляд (В. Ананьєв, І. Брехман, Г. Зайцев, Л. Столяренко).

Специфіка валеологічного розуміння здоров'я полягає в тому, що здоров'я розглядається не лише в аспекті медико-біологічних і психічних показників, але й з точки зору соціокультурної та духовної сутності. В аспекті валеологічного підходу поняття «здоров'я» трактується як ієрархічна структура, найважливіша із її складових є духовна (внутрішній світ особистості), а потім психічна (емоції), соціальна (мораль), та фізична (тіло) (Г. Апанасенко, М. Гончаренко, В. Кулініченко, Г. Нікіфоров, Л. Попова, Е. Помиткін та ін.).

Здорова людина — цілісна триєдина гармонійна полісистемна структура, яка підтримує своє існування завдяки інформаційному, енергетичному і речовинному обмінам. Аналіз наукових досліджень у цьому напрямку дозволив сформувати уявлення про здоров'я як про інтегральну характеристику гармонійного розвитку тіла, психіки та духовності. Найбільш вивченим є фізичне тіло, закономірності функціонування якого досліджено на фізіологічному, біохімічному та біофізичному рівні [1].

Психічне здоров'я здебільшого вбачається у вмінні людини регулювати свої вчинки та поведінку у межах соціальних груп, здатності до саморегуляції, вмінні в бадьорому стані керувати психікою, свідомо оцінювати суб'єктивне та об'єктивне «Я». Валеологічний аспект психічного здоров'я — це управління станом психіки (мисленням, почуттями, емоціями) з елементами самопізнання та психічного оздоровлення. Психічне здоров'я асоціюється з

такою метою існування людини, як потреба у самореалізації. Людина себе може реалізувати в суспільстві тоді, коли має достатній рівень психічної енергії, яка визначає її працездатність (сили), і, в той же час, достатню пластичність і гармонійність психіки, які дозволяють їй адаптуватись у суспільстві, бути адекватною його вимогам [3].

Духовне здоров'я являє собою сукупність світоглядних принципів, переконань, установок, що дозволяють особистості протистояти різного роду життєвим труднощам без втрати соціально-психологічної адаптації. Зовнішнім проявом духовної підсистеми є духовні закони, закони моралі, загальнолюдські цінності. Вищевказані підсистеми функціонують у відносно автономних режимах, але за умови дотримання принципів взаємозв'язку й підпорядкування нижчого рівня, тобто фізичного, вищому, тобто духовному [2].

Цілісний (холістичний) підхід до людини як біоенергоінформаційної системи розкриває перспективні можливості розробки нових технологій, як навчання, так і оздоровлення. Він дозволяє розробити нову світоглядну парадигму духовної еволюції людини як альтернативної стратегії виживання і збереження здоров'я нинішньої цивілізації.

Таким чином, під здоров'ям мається на увазі сукупність фізичних, психічних, духовних станів людини, які й визначають його самопочуття, працездатність та ставлення до навколишнього світу.

Актуальність і практичне значення даної проблеми були передумовою для проведення дослідження, яке проводилось серед студентів філософського факультету за напрямом підготовки фахівців «Здоров'я людини» та студенти хімічного факультету Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Вибір студентів проводився на підставі того, що на даних факультетах обов'язковою дисципліною введено «Валеологію». Мета експериментального дослідження полягала в перевірці теоретичних висновків щодо якості й характеристик сформованості ціннісного ставлення до здоров'я майбутніх учителів у процесі навчання валеології.

Одним з основних завдань дослідження була перевірка ефективності педагогічних умов при формуванні ціннісного ставлення до здоров'я майбутніх учителів в процесі навчання валеології, а саме сучасні підходи щодо розуміння сутності здоров'я людини та механізмів формування ставлення до здоров'я як цінності; впровадження в навчально-виховний процес інтерактивних форм навчання з залученням технік НЛП та арт-технік, які проводились в процесі навчання валеології в експериментальній (ЕГ) групі. В контрольній (КГ) групі валеопідготовка студентів проводилась традиційно.

До показників сформованості ціннісного ставлення до здоров'я відносяться стан здоров'я студентів, а також їх суб'єктивна оцінка особистого здоров'я і здоров'я людей, що їх оточують. Дослідження взаємозалежності складових здоров'я та показників здоров'я у студентів проводилось за допомогою проведення кваліметричного тесту та інтерпретація отриманих даних. Дані, отримані в ході тестування показали позитивну динаміку зміни структури здоров'я в студентів у процесі навчально-виховної роботи на кафедрі валеології. Змінилася суб'єктивна оцінка фізичного стану й духовна складова здоров'я (табл. 1).

Таблиця 1. Структура здоров'я студентів в контрольній та експериментальній групах (M±m).

Показники		Складові в балах		
		фізична	психологічна	духовна
КГ	до	4,2 ± 0,379	5,34 ± 0,312	5,12 ± 0,328*
	після	4,3 ± 0,425	5,37 ± 0,363	5,19 ± 0,334
ЕГ	до	4,5 ± 0,359	5,58 ± 0,417*	5,5 ± 0,399*
	після	4,92 ± 0,398	5,65 ± 0,304	5,78 ± 0,379

Примітки: * — статистично значимі розбіжності t-критерію Стьюдента при $p \leq 0,05$

Отримана динаміка показує позитивний вплив введення в навчально-виховний процес інтерактивних форм навчання з залученням технік НЛП та арт-технік, які застосовуються в ході валео-підготовки в експериментальній групі.

Аналіз отриманих результатів виявив статистично значимий знижений показник фізичної складової у структурі здоров'я студентів в порівнянні з іншими показниками. Індивідуальна оцінка суб'єктивного сприйняття фізичного здоров'я показала підвищення цієї складової здоров'я у студентів в процесі валеонавчання до рівня психологічної та духовної складової.

Підвищилось ціннісне ставлення до свого здоров'я, з'явилась потреба в регулярному відвідуванні лікаря з метою профілактики (КГ — 8% опитаних, ЕГ — 33%). Зазначимо, що третина опитаних студентів експериментальній групі за консультацією звертається до сімейних лікарів (КГ — 0% опитаних, ЕГ — 33%), в той же час на першому курсі жоден із них не користувався даною формою медичного обслуговування. Водночас в експериментальній групі більша половина студентів відзначила практичне застосування отриманих валеологічних знань (КГ — 8% опитаних, ЕГ — 58%) для свого оздоровлення.

В структурі психологічної складової здоров'я необхідно відзначити зміни рівня суб'єктивної тривожності. Так, занепокоєння за рідних і близьких знизилось в половини студентів (ЕГ — до 67%, після — 17%; КГ — до 69%, після — 35%). Вплив соціальних факторів на здоров'я понизився (ЕГ — у 50% опитаних, КГ — у 9%), що пов'язано з процесами освоєння валеологічних технологій саморегуляції.

Змінилась система пізнання світу, зросла значущість життєвого досвіду. На початку педагогічного експерименту половина студентів (50%) «Світ пізнавала із книг», а «через життєвий досвід» — 67%. Наприкінці експерименту студентів, які вважали, що «світ пізнається із книг» КГ — 25% опитаних, ЕГ — 34%. Важливість життєвого досвіду в пізнанні світу відзначили в КГ — 65% та ЕГ — 92% студентів. Отже, можна говорити про те, що валеопедагогічний процес впливає на переосмислення знань і формування позитивного світогляду в ході навчання.

Оцінка духовної складової здоров'я показала, що сучасні підходи щодо розуміння сутності здоров'я людини сприяло формуванню валеологічного світогляду. Змінилось уявлення про себе «як про часточку Всесвіту» (КГ — до 35%, після — 64% опитаних; ЕГ — до 37%, після — 85%), але прийшло розуміння холістичного підходу, прийшло гармонічне розуміння себе, важливість усіх складових здоров'я: «уявлення про себе як фізичне тіло» зросло в обох групах на 33%; вважають себе «частиною природи й суспільства» (КГ — до 17%, після 33% опитаних; ЕГ — до 25%, після — 50%).

Змінилося й ставлення до любові. Якщо тільки у КГ 8% і у ЕГ 12% студентів вважали, що любов — це творення й творчість, то після експерименту такої думки дотримуються у КГ— 45% і у ЕГ — 64% опитаних.

Таким чином, порівняльний аналіз результатів дослідження показав, що в дослідних групах під впливом валеопідготовки змінюється суб'єктивна оцінка індивідуальної фізичної, психологічної і духовної складових здоров'я, усвідомлюється роль кожної складової у життєдіяльності людини, що сприяє формуванню культури здоров'я молоді і окремо ціннісного ставлення до здоров'я. Дослідження показали наскільки більш ефективним стає процес формування ціннісного ставлення до здоров'я під впливом реалізації запропонованих нами педагогічних умов порівняно з традиційним і яким чином виокремлені педагогічні умови впливають на індивідуальні особливості майбутніх вчителів, на їх ставлення до здоров'я як цінності

Висновки. Аналіз теоретико-методологічної літератури та дослідження стану сформованості ціннісного ставлення майбутніх вчителів до здоров'я дозволив обґрунтувати, що впроваджені педагогічні умови сприяють підвищенню ефективності формування ставлення до здоров'я як цінності. До таких педагогічних умов віднесено сучасні підходи щодо розуміння сутності здоров'я людини і механізмів формування ставлення до здоров'я як цінності та використання інтерактивних методів навчання, які спрямовані на формування в

студентів ціннісного ставлення до здоров'я в процесі навчання валеології. Отримані результати дослідження дають змогу зробити висновки щодо доцільності їх впровадження в системі вищої освіти.

Виконане дослідження не вичерпує всіх сторін даної проблеми. У перспективі необхідно звернути увагу на питання розробки комп'ютерних технологій для визначення рівня здоров'я кожного студента, підготовки індивідуальних програм формування ціннісного ставлення до здоров'я студентів з різними рівнями стану здоров'я та мотивації на здоровий спосіб життя.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гончаренко М. С. Валеопедагогические основы духовности: Учебное пособие. / М. С. Гончаренко. — Х.: ХНУ имени В.Н. Каразина, 2007. — 400 с.
2. Гончаренко М. С., Валеологічний моніторинг духовного здоров'я молоді / М. С. Гончаренко, В. Г. Гончаренко, Т. М. Куйдіна, А. В. Мельнікова. // Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку: — Матер. 7-ї між народ. наук.-практ. конф.: Т. 3. — Харків, 2009. — С. 5–45.
3. Психология здоровья / Г. С. Никифоров, В. А. Ананьев, И. Н. Гурвич и др.; под ред. Г. С. Никифорова. — СПб: Изд-во С. — Петерб. Ун-та, 2003. — 607 с.
4. Формування здорового способу життя: Навч. посібник для слухачів курсів підвищення кваліфікації держ. службовців / О. Яременко, О. Вакуменко, Л. Жаліло та ін. — Укр. Ін-т соц. досліджень. — К., 2000. — 232 с.

УДК ОТСУТСТВУЕТ

ДУХОВНІ ЗАСАДИ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ

Федоренко Ю. П.

Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна
Харків, Україна

Актуальність даної роботи обумовлена розкриттям необхідності вдосконалення програми виховання духовності серед підлітків у сфері сімейного виховання.

У статті визначаються педагогічні особливості використання сімейних бесід як засобу формування духовності підлітків. Висвітлено питання щодо ролі сім'ї в духовному вихованні молодого покоління.

Також висвітлені результати педагогічного експерименту дослідження рівня духовності підлітків, та впливу батьківських бесід на формування духовності підлітків.

Ключові слова: духовність, сімейна педагогіка, особистість, моральність, індивідуальність, духовне виховання в сім'ї.

Актуальность данной работы обусловлена раскрытием необходимости совершенствования программы воспитания духовности среди молодежи в сфере семейного воспитания.

В статье рассматриваются особенности использования семейных бесед как способа формирования духовности подростков. Рассмотрены вопросы касательно роли семьи в духовном воспитании молодого поколения.

Также отображены результаты педагогического эксперимента исследования уровня духовности подростков та влияния родительских бесед на формирование духовности подростков.

Ключевые слова: духовность, семейная педагогика, личность, моральность, индивидуальность, духовное воспитание в семье.

Relevance of this work due to the disclosure necessary to improve education programs of spirituality among adolescents in family education.

This article indicates the pedagogical features of family conversations as a means of spiritual formation of adolescents. The questions about the role of family in the spiritual upbringing of young generation.

The article highlights the results of pedagogical experiment study intermediate spirituality of adolescents and the impact of parental conversations on spiritual formation of adolescents.

Keywords: spirituality, family pedagogy, personality, morality, personality spiritual upbringing in the family.

Духовне відродження України, оновлення системи державної освіти ставить перед сучасною психологією і педагогікою завдання формувати високодуховну гармонійно

розвинену особистість.

Причиною кризи духовно-моральної сфери сучасного суспільства є крах традиційних устоїв сім'ї. Кризові явища в житті сім'ї різні:

1. Пошкоджено підвалини сім'ї. Майже повністю зруйнована ієрархія сімейних відносин, втрачений традиційний уклад сімейного життя, витісняються з сучасного життя такі поняття як слухняність, шана та повага до старших.

2. Деформація торкнулася і сфери сімейного виховання. В сім'ях втрачається духовний зв'язок з дітьми. Не маючи навичок спільного проживання з дитиною, багато батьків прагнуть відкупитися від них дорогими подарунками, комп'ютерною технікою тим самим позбавляючи дітей живої участі в сімейних подіях та живої підтримки. Представники старшого покоління, що виховувало своїх дітей в дитсадках, таборах, не готові до виконання соціальної ролі бабусі чи дідуся.

3. Наслідком кризи сім'ї є численні проблеми дитинства. У дітей порушена моральна сфера життя. Головними цінностями для них виступають матеріальні цінності, в сфері молоді панує культ жорстокості. В результаті цього, підлітки стають на шлях наркоманії, алкоголізму, проституції та криміналу. В силу духовної та психологічної порожнечі сімейних відносин діти заміняють своє спілкування з сім'єю на спілкування з вуличною компанією.

4. Система виховання та освіти не може виправити ситуацію, внести позитивний внесок у відновлення традиційних цінностей сім'ї.

5. Сучасне суспільство втратило уявлення про чистоту та цнотливість. ЗМІ стало знаряддям розбещення у сфері стосунків, вони пропагують насилля, цинізм, статеvu розпусту. А сімейна виховна спрямованість висвітлюється в ЗМІ вкрай рідко, безсистемно та тонуть в потоці другорядної інформації.

Сучасний етап розвитку українського суспільства характеризується стрімким зростанням змін у всіх його сферах. Кардинальні соціально-економічні, політичні та духовно-моральні зміни більш наполегливо підтверджують думку про те, що наше суспільство вступило в якісно новий стан, де існуючі протиріччя є досить складними і різноманітними. Особливо помітно це проявляється в корінній ломці системи цінностей, яка здебільшого відбивається в кризі сім'ї і сімейних відносин.

Сім'я завжди становила істотну ланку в ланцюзі соціального буття. Життя сім'ї пов'язане з статевим та віковим розподілом праці, веденням домашнього господарства, взаємною допомогою людей один одному, інтимним життям подружжя, продовженням роду, а отже, відтворенням народу, вихованням нового покоління, а також, з духовно-моральними, правовими та психологічними відносинами. У сім'ї окрема особистість, поступаючись деякими своїми особливостями, входить в якості члена в ціле.

Сім'я, як первинний осередок суспільства і своєрідний осередок всієї сукупності соціальних відносин, є важливим засобом виховання та сферою формування духовно-моральних основ підростаючого покоління. Саме в ній відбувається складний і важливий процес становлення особистості людини в усіх напрямках: фізичному, трудовому, духовному, моральному, естетичному. У сім'ї не лише закладаються базисні основи, а й відточуються грані особистості через послідовне залучення її до вічно живих і неминущих духовних цінностей, що в свою чергу розширює можливості для моральної освіченості і вихованості людини, формування його світогляду і збагачення внутрішнього світу. Саме тут діти і підлітки вперше включається в суспільне життя, засвоює її цінності, норми поведінки, способи мислення, мову. Інакше кажучи, сім'я — це школа виховання, передачі досвіду життя, життєвої мудрості.

На відміну від інших виховних інститутів, сім'я здатна впливати і, як правило, впливає на всі сторони, грані людини протягом всього її життя. Ось чому без перебільшення можна сказати, що тільки та держава має майбутнє, в якій сім'я оточена увагою і турботою і розглядається як вища первинна її цінність. І, навпаки, там, де сім'я піддається забуттю, де вона грає другорядну роль серед інших соціальних інститутів — у тієї держави немає і не може бути майбутнього, а в народі — перспектив на своє благополуччя і процвітання.

Тому будь-яке зневажливе ставлення до сім'ї веде не лише до зниження її престижу, а й, як наслідок того, втрати духовних традицій, формування егоїстичної свідомості, споживацького ставлення до світу, руйнування гуманітарної сфери вітчизняної освіти. На жаль, все це — сумні реалії нашої дійсності. Якщо ж поглянути на наше сучасне життя в перспективі того нормального життя, яке вели люди в минулому, не може не вразити те, наскільки ненормальним воно стало зараз. Самі поняття авторитету і слухняності, пристойності і ввічливості, поведінки в суспільстві і приватного життя — все різко змінилося, перевернулося з ніг на голову. Наше сьогоднішнє життя можна характеризувати як зіпсоване, ненормальне. В результаті наявних в суспільстві процесів може загальмуватися розвиток цивілізації, якщо не відбудеться ще більш гіршого — розвиток людства піде по тупиковій колії. Звідси очевидна зростаюча роль сім'ї у формуванні духовних основ підростаючого покоління.

Подальше зміцнення виховних можливостей сім'ї — одне з найважливіших напрямів оздоровлення духовного клімату в країні. Вимога повно уявити реальний стан виховного потенціалу сім'ї, побачити його в динаміці, у всіх складнощах і суперечностях, дозволить точніше окреслити шляхи його подальшого вдосконалення, перетворити величезні невикористані резерви, що криються в родині, в активно діючі формувальні чинники. Тому важливо не просто зрозуміти, як функціонує сім'я в умовах трансформації українського суспільства, а й побачити, як загальні принципи такого функціонування проявляють себе в різних типах сімейних відносин. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває питання про взаємовплив між конкретними проблемами сучасної сім'ї та становленням особистості підлітка і загальною характеристикою сімейного виховання, методологією та методикою вивчення його ефективності в контексті формування духовно-моральних основ особистості підлітка.

Отже проблема духовно-морального становлення особистості підлітка на сімейному рівні, яка виступає у нерозривній єдності із загальним процесом формування особистості та соціалізації підростаючого покоління, є комплексною, міждисциплінарною проблемою, і тому її основна база представлена загальнофілософськими, валеологічними, а також соціологічними дослідженнями, соціально-психологічними роботами і деякими статтями публіцистичного характеру.

Для виконання поставленого перед нами завдання у перевірці того, наскільки сім'я впливає на становлення моральних та духовних цінностей у сучасних дітей та підлітків було проведено педагогічний експеримент. Експеримент проводився в 10-х класах Краснокутської гімназії. Експеримент проходив в три етапи. На першому етапі серед учнів було проведено опитування з метою виявлення наскільки сучасна молодь обізнана в питаннях духовності, та що на їхню думку має найбільший вплив на формування духовності людини. Другий етап складався з бесіди з батьками експериментального класу щодо проблеми низького рівня духовності в сучасних підлітків та необхідності виховання в них духовності. Після бесіди батьки повинні були вдома проводити протягом місяця виховні заходи на теми загальнолюдських моральних та духовних цінностей. На третьому етапі серед учнів було проведено повторне опитування, метою якого було виявлення результативності батьківської роботи.

На початковому етапі ми отримали такі результати: на питання «Що на вашу думку є духовність?» учні відповіли таким чином (рис. 1)

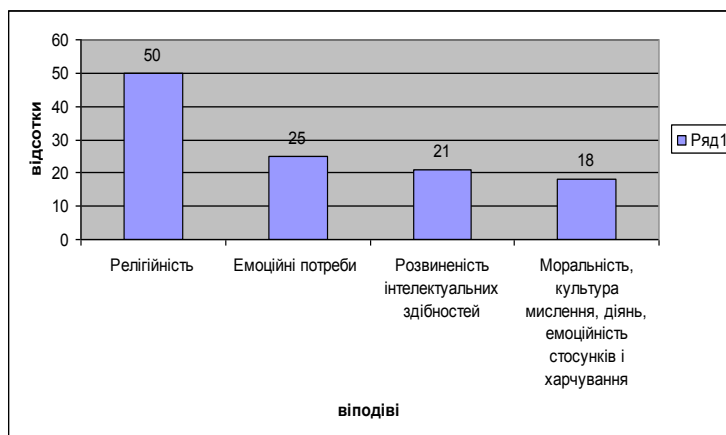


Рис. 1. Дані початкового етапу педагогічного констатувального експерименту «Що на вашу думку є духовність?»

Із числа опитаних 21 % має правильне уявлення щодо питання.

Відповіді на запитання «Які риси, на вашу думку, притаманні духовній людині?» графічно зображені на рис. 2.

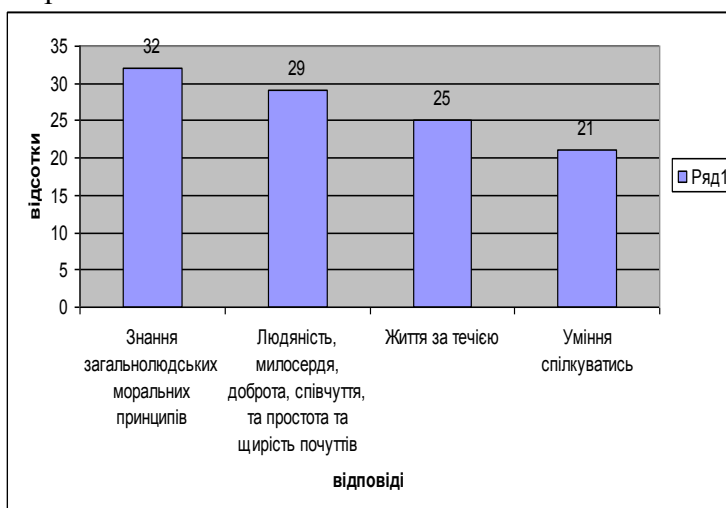


Рис. 2. Дані початкового етапу педагогічного констатувального експерименту. «Які риси, на вашу думку, притаманні духовній людині?»

З них 10 % мають правильне уявлення стосовно того, які якості повинна мати духовна людина.

Відповіді на запитання «Що найбільше сприяє формуванню духовності людини?» графічно відображені на рис. 3.

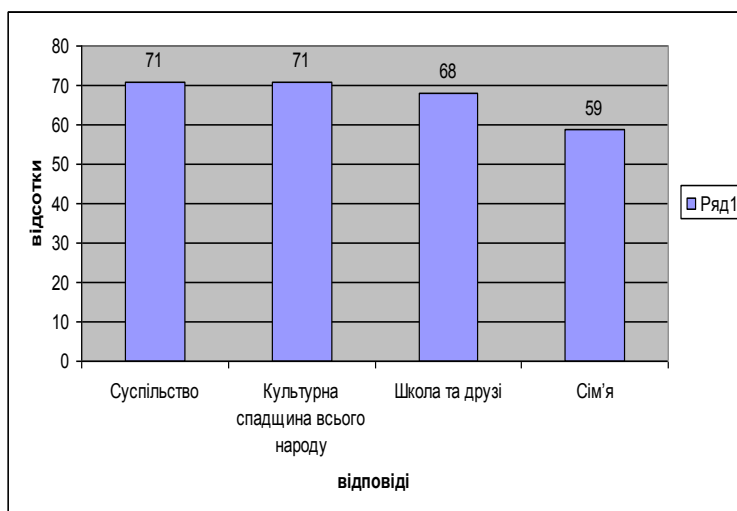


Рис. 3. Дані початкового етапу педагогічного констатувального експерименту. «Що найбільше сприяє формуванню духовності людини?»

Після бесід, проведених вдома батьками, учні показали наступні результати.

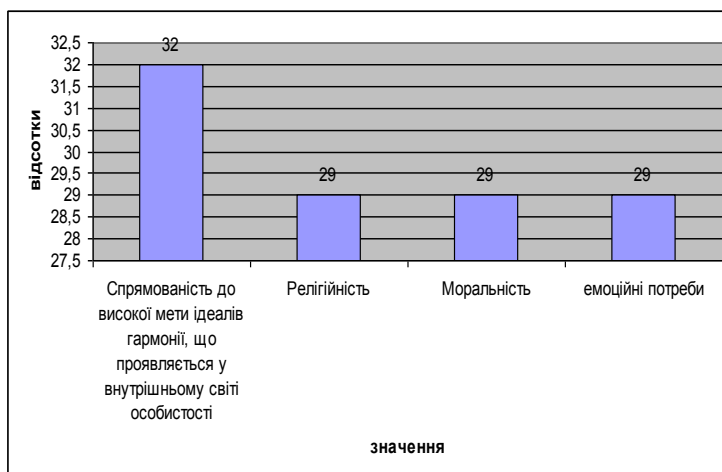


Рис. 4. Дані заключного етапу педагогічного констатувального експерименту. «Що, на вашу думку, є духовність?»

З них 25 % мають правильне уявлення щодо розуміння терміну «духовність».

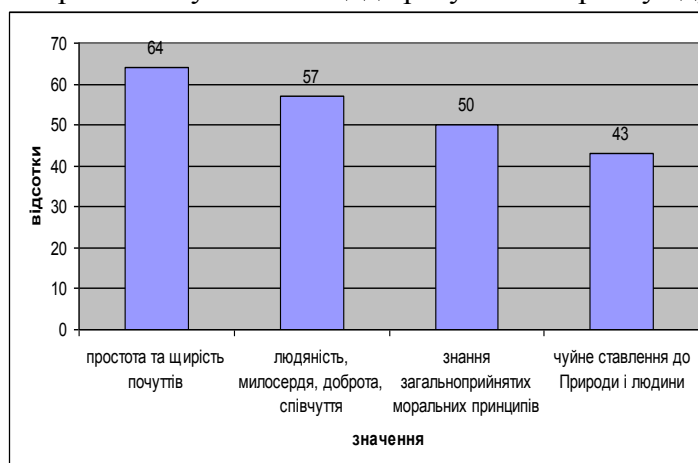


Рис. 5. Дані заключного етапу педагогічного констатувального експерименту. «Які якості притаманні духовній людині?»

З них 21 % мають правильне уявлення щодо того, які риси притаманні духовній людині.

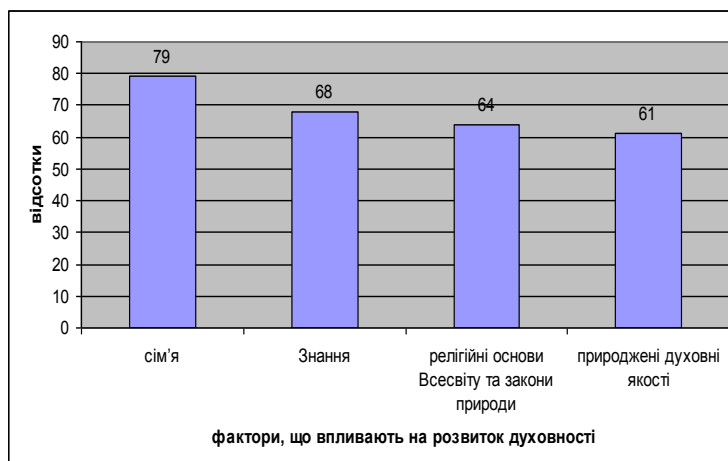


Рис. 6. Дані заключного етапу педагогічного констатувального експерименту. «Що найбільше сприяє формуванню духовності людини?»

Також, ми визначили рівень духовного розвитку учнів до та після експерименту. Дані відображено в таблиці 1.

Табл. 1. Рівень духовності учнів до та після експерименту.

Рівень духовного розвитку	До бесіди	Після бесіди
Високий	40 %	56 %
Середній	53 %	40 %
Низький	7 %	4%

Висновок

Як показало наше дослідження, діти, з якими проводяться бесіди мають більш правильне розуміння питань духовності. Сім'я для них є головним фактором для розвитку своєї духовності.

Також по результатам проведеного нами педагогічного експерименту ми бачимо, що в сучасній системі виховання, як шкільного, так і сімейного, велике значення відіграє просвітницька діяльність. Підлітки потребують того, щоб їм якщо і не прищеплювали сімейні традиції, духовні поняття, то хоча б допомагали розібратися, що є добрим, а що ні.

Зараз у світі панує інформаційна криза. ЗМІ переповнені різною інформацією, у якій бракує системності, правильності та правильного підходу щодо висвітлення питань, зокрема щодо духовних цінностей. Тому головним завданням батьків є те, щоб вони допомагали своїм дітям робити правильні висновки та допомагали зрозуміти зміст того чи іншого вчинку.

Сім'я повинна закладати основу для морального та духовного розвитку дитини, бо якщо дитина не знаходить цього в сім'ї, вона починає шукати його поза домівкою і не завжди такі пошуки є вдалими.

Як видно з дослідження, сім'я для дитини відіграє важливу роль. І розповіді батьків не залишаються осторонь їхнього сприйняття. І навіть якщо діти говорять, що розмови з батьками не викликають у них захоплення, а лише розуміння того, що треба якось підтримати бесіду, то все рівно повчання батьків відкладаються в їх пам'яті та в подальшому будуть знаходити своє місце у виборі вчинку підлітка.

ЛІТЕРАТУРА

1. Антонов А. И. Кризис семьи и пути его преодоления / А. И. Антонов, А. Л. Борисов. — М.: Москва, 1998. — 180с

2. Боришевський М. Й. Духовні цінності в становленні особистості-громадянина. Педагогіка і психологія / М. Й. Боришевський. — 1997. — № 1. — С. 144–150
3. Журба К. О. Виховання духовності у підлітків в сучасній українській сім'ї і школі / Автореф. дис. канд. пед. наук. — К., 2000. — 18 с
4. Валеологія: Сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку/ Матеріали IV міжнародної науково-практичної конференції, квітень 2008 р.: У 4-х т. / За ред. проф. М. С. Гончаренко — м. Харків: 2008. — Т. 3. — 380 с.

УДК 616.379

ПАЛЬЦЕВА ДЕРМАТОГЛІФІКА У ХВОРИХ ІШЕМІЧНОЮ ХВОРОБОЮ СЕРЦЯ

Храбра С. З., Вакулєнко Л. О., Барладин О. Р., Лопатка Г. Ф.

Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка
Тернопіль, Україна

Визначено особливості папілярного малюнка нігтьових фаланг пальців рук у хворих ішемічною хворобою серця, які допустимо розцінювати як маркери схильності до розвитку ІХС. Домінуючим візерунком як у хворих чоловіків, так і у жінок виявилася петля. Набагато рідше зустрічалися спіралі, а самим рідкісним візерунком була дуга. У чоловіків, хворих ІХС, спостерігається збільшений гребневий рахунок порівняно із здоровими чоловіками. У жінок із ІХС гребневий рахунок є меншим, ніж у здорових. Найрідкіснішим візерунком виявилися подвійні петлі, які достовірно частіше зустрічалися тільки на I пальці правої руки. У 1,9% випадків у пацієнтів з ішемічною хворобою серця реєстрували пошкоджений гребневий візерунок на пальцях.

Ключові слова: ішемічна хвороба серця, пальцева дерматогліфіка, домінуючий візерунок, гребневий рахунок.

Определены особенности папиллярного рисунка ногтевых фаланг пальцев рук у больных ишемической болезнью сердца, которые допустимо расценивать как маркеры предрасположенности к развитию ИБС. Доминирующим узором как у больных мужчин, так и у женщин оказалась петля. Гораздо реже встречались спиральи, а самым редким узором была дуга. У мужчин, больных ИБС, наблюдается увеличение гребневого счета по сравнению со здоровыми мужчинами. У женщин с ИБС гребневый счет меньше, чем у здоровых. Редчайшим узором оказались двойные петли, которые достоверно чаще встречались только на I пальце правой руки. В 1,9% случаев у пациентов с ишемической болезнью сердца регистрировался поврежденный гребневой узор на пальцах.

Ключевые слова: ишемическая болезнь сердца, пальцевая дерматоглифика, доминирующий узор, гребневый счет.

The features of papillary pattern nail phalanges of fingers in patients with ischemic heart disease, which is permissible regarded as markers of susceptibility to CHD. The dominant pattern as in patients with both men and women was loop. Much more rarely met a spiral, and thus a rare pattern was arc. In men with CHD, there is increased hrebnevyy account compared with healthy men. In women with CHD hrebnevyy account is less than healthy. Extraordinary pattern were double loop that significantly more common only on the I right hand fingers. In 1.9% of patients with ischemic heart disease rehistrually damaged comb pattern on the fingers.

Keywords: coronary heart disease, palmar dermatoglyphics, the dominant pattern, hrebnevyy account.

Актуальність проблеми. Ішемічна хвороба серця в Україні займає провідні позиції в структурі причин смертності від захворювань. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (2007 р.) серед країн Європейського Союзу, країн СНД та інших європейських країн – Україна посідає одне з перших місць серед смертності населення від ІХС. Так, за показником раптової смертності від ІХС у віці від 0 до 64 років на 100 000 населення припадає 143,78 випадків смерті. Основними причинами смерті хворих на ішемічну хворобу серця у країнах Європи і США є інфаркт міокарда і раптова коронарна смерть. В Україні

основною причиною смерті при ішемічній хворобі серця є кардіосклероз. Клініко-епідеміологічні дослідження, проведені в Україні, свідчать, що поширеність ішемічної хвороби серця з віком поступово збільшується. Уже в 30–39-літньому віці діагностують усі форми ішемічної хвороби серця, у віці 40–49 років ознаки ішемічної хвороби серця має кожен десятий чоловік, а після 50 років — кожен четвертий. Тому пошук методів діагностики, лікування та профілактики ІХС спрямований на покращання показників виживання хворих, є важливим завданням сучасної кардіології [2]. Схильність до ішемічної хвороби серця має спадковий характер, а всі спадкові хвороби людини викликають зміни у структурі шкірного рельєфу рук. Шкірні узорі на пальцях формуються на 3–5 місяці вагітності і не змінюються в онтогенезі. Таким чином, особливості шкірних узорів дистальних фаланг пальців обумовлені, або успадкованими від батьків генами, або мутаціями в каріотипі клітин при взаємодії на плід зовнішніх факторів. На сьогодні генетики, антропологи, клініцисти єдині у думці: дерматогліфічні ознаки — це найбільш доступні для вивчення і використання генетичні маркери спадкових захворювань і захворювань із спадковою схильністю. Тому одним з пріоритетних напрямків у вивченні етіопатогенезу ІХС є виявлення саме генетичних маркерів, асоційованих з розвитком захворювання [8, 9]. Дерматогліфічні ознаки мають конституційну основу, що, безсумнівно, підвищує їх прогностичну цінність.

Мета дослідження — вивчити дерматогліфічні особливості нігтьових фаланг пальців рук у хворих ішемічною хворобою серця.

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проводились на базі Петриківського обласного геріатричного будинку-інтернату м. Тернополя. За темою роботи проведено обстеження 25 хворих ішемічною хворобою серця похилого віку. З них — 16 чоловіків і 9 жінок. Середній вік чоловіків становив $70,1 \pm 11,7$ років і жінок $76,5 \pm 13,1$ років. Контрольну групу склали 59 практично здорових людей, серед яких 29 були чоловіки і 30 — жінки.

Дерматогліфічних дослідження виконано за методикою Н. Cummins і Ch. Midlo [1, 3–7]. У обстежуваних визначали: гребеневої рахунок кожного пальця правої і лівої руки; загальний гребеневої рахунок на десяти пальцях обох рук, типи пальцевих візерунків на правій та лівій кистях (дуга, ульнарна і радіальна петля, завиток). Для обробки результатів досліджень користувались пакетом аналізу даних комп'ютерної програми Microsoft Excel.

За прийнятою в нашій країні системою всі папілярні узорі розподіляються на три типи: дугові, петльові та завиткові з додатковою розбивкою кожного типу на різновидності у відповідності з особливостями будови узору.

Дугові узорі утворюються двома потоками папілярних ліній і тому не мають у будові малюнка дельти. У дугових узорах папілярні лінії дистального потоку розпочинаються біля одного краю подушечки, в центральній частині малюнка вигинаються вгору і закінчуються на протилежному боці. У центральній частині малюнок нагадує дугу, що й послугувало підставою до такої назви узорів. Залежно від ступеня вигнутості ліній у центрі малюнка дугові узорі підрозділяють на прості дуги, середина узору яких має чіткий характер дуги, зверненої випуклим боком вгору та пірамідальні дугові узорі, в яких папілярні лінії в центрі узору досягають дуже великого ступеня вигнутості.

Петльові узорі утворюються трьома потоками папілярних ліній: базисним, центральним та дистальним, і мають одну дельту — умовну точку зустрічі трьох потоків. Свою назву узорі одержали за формою центрального потоку, яка нагадує петлю. У петльових узорах лінії центрального потоку розпочинаються з одного боку малюнка, прямують до центру узору, де, зробивши петлю, знову повертаються до того ж краю подушечки. Петля, яка знаходиться в середині малюнка, називається внутрішньою. Петлі мають головку і ніжки петлі. Головою петлі називають дуже зігнуту частину папілярної лінії, яка має форму півкола; решта двох частин лінії, які йдуть в один бік, називають ніжками. Верхня точка головки петлі, яка ділить головку на дві рівні частини, називається вершиною петлі. У залежності від напрямку ніжок петель усі петльові узорі поділяють на два типи: ульнарні та радіальні. Радіальними (від лат. radius — промінь, назва променевої кістки

передпліччя) називають такі петлі, які своїми ніжками звернені в бік великого пальця. Радіальні петлі трапляються досить рідко (5% від загальної кількості узорів). Ті петлі, ніжки яких звернені в бік мізинця, називають ульнарними (від лат. ulna — лікоть, назва ліктьової кістки передпліччя).

Завиткові узори утворюються трьома потоками папілярних ліній (базисним, центральним та дистальним), мають дві і більше дельт. У свою чергу вони підрозділяються на: кола, овали, спіралі, петлі-спіралі, петлі-клубки, петлі-равлики, а також зігнуті петлі, головка яких спрямована до основи узору і розміщується між двома дельтами.

Результати дослідження та їх обговорення. Результати обстежень показали, що домінуючим візерунком як у хворих чоловіків, так і у здорових, виявилася петля (53,1 і 55,6% відповідно). Набагато рідше зустрічалися спіралі (32,5 і 38,8%), а самим рідкісним візерунком була дуга (14,4 і 5,2%) (табл. 1).

Таблиця 1. Результати аналізу пальцевих візерунків у чоловіків

Здорові чоловіки (n=29)						
	№ пальця	Дуги	Петлі	Ульнарні	Радіальні	Спіралі
Права рука	1	0%	41,3%	100%	0%	58,6%
	2	6,8%	51,7%	53,3%	46,6%	41,3
	3	0%	69,9%	90%	10%	31%
	4	0%	44,8%	84,6%	15,3%	55,1%
	5	0%	72,4%	90,4%	9,5%	27,5%
Ліва рука	1	3,4%	58,6%	100%	0%	37,9%
	2	17,2%	41,3%	83,3%	16,6%	41,3%
	3	17,2%	55,1%	87,5%	12,5%	27,5%
	4	3,4%	55,1%	100%	0%	41,3%
	5	3,4%	68,9%	100%	0%	27,5%
Чоловіки з ІХС (n=16)						
	№ пальця	Дуги	Петлі	Ульнарні	Радіальні	Спіралі
Права рука	1	6,25%	25,0%	12,5%	12,5%	68,75%
	2	37,5%	31,25%	12,5%	18,75%	31,25%
	3	25,0%	62,5%	50,0%	12,5%	12,5%
	4	6,25%	50,0%	37,5%	12,5%	31,25%
	5	6,25%	75,0%	62,5%	6,25%	18,75%
Ліва рука	1	0%	43,75%	43,75%	0%	56,25%
	2	37,5%	43,17%	31,25%	12,5%	18,75%
	3	12,5%	62,5%	50,0%	12,5%	18,75%
	4	0%	56,25%	50,0%	6,25%	37,5%
	5	6,25%	87,5%	75,0%	12,5%	6,25%

При порівнянні узорів на пальцях правої і лівої руки в досліджуваній групі основним візерунком на правій руці були петлі (48,75%, $p = 0,01$), серед яких переважали ульнарні петлі (36,25%), а радіальні становили лише 12,5%, у той час основним узором лівої руки були також ульнарні петлі (48,75%, $p = 0,02$), а радіальні — 8,75%. При аналізі частоти петлевого малюнка на кінцевих фалангах пальців рук в групі хворих на ІХС порівняно зі здоровими виявлено, що радіальні петлі достовірно рідше реєструвалися на IV пальці обох рук і V пальці правої руки ($p=0,01$). На I пальці лівої руки даний візерунок не зустрічався ($p<0,05$). Найрідкіснішим візерунком виявилися подвійні петлі, які достовірно частіше зустрічалися тільки на I-му пальці правої руки ($p = 0,04$).

Помітні також певні відмінності і в кількості дельт та сумі гребенів. У чоловіків, хворих ІХС, спостерігається значно більша кількість гребеневого рахунку порівняно із здоровими. Так у хворих чоловіків гребневий рахунок становить $164,0 \pm 54,9$, а у здорових — $136,6 \pm 68,4$.

Кількість дельт становить — 66 у хворих і 78 у здорових. У 1,7% випадків у пацієнтів з ішемічною хворобою серця реєстрували пошкоджений гребеневий візерунок на пальцях.

Результати пальцевих узорів у жінок з ІХС теж показали певні відмінності (табл. 2).

Домінуючим візерунком як у хворих жінок, так і у здорових, виявилася петля (45,5 і 60,6% відповідно). Найбільша кількість петель трапляється на II і III пальцях обох рук у хворих жінок — по 55,6%, тоді як у здорових — на V пальцях обох рук 86,6%. Як і в чоловіків з ІХС, так і в жінок спостерігається тенденція до збільшення кількості радіальних петель порівняно зі здоровими. Так на вказівних пальцях обох рук у жінок з ІХС радіальна петля становить по 22,22%, а у здорових не зустрічаються взагалі, що у 20 разів менше.

Таблиця 2. Результати аналізу пальцевих узорів у жінок

	№ пальця	Дуги	Петлі	Ульнарні	Радіальні	Спіралі
Здорові жінки (n=30)						
Права рука	1	3,3%	46,6%	100%	0%	50,0%
	2	10,0%	60,0%	77,7%	22,2%	30,0%
	3	10,0%	83,3%	100%	0%	6,6%
	4	0%	56,6%	100%	0%	43,3%
	5	0%	86,6%	96,1%	3,8%	13,3%
Ліва рука	1	20,0%	50,0%	100%	0%	30,0%
	2	13,3%	60,0%	72,2%	27,7%	26,6%
	3	13,3%	76,6%	100%	0%	10,0%
	4	6,6%	60,0%	100%	0%	33,3%
	5	3,3%	86,6%	96,1%	3,8%	10,0%
Жінки з ІХС (n=9)						
	№ пальця	Дуги	Петлі	Ульнарні	Радіальні	Спіралі
Права рука	1	22,22%	44,44%	22,22%	22,22%	33,33%
	2	11,11%	55,55%	44,44%	11,11%	33,33%
	3	11,11%	55,55%	55,55%	0%	33,33%
	4	11,11%	33,33%	33,33%	0%	55,55%
	5	22,22%	44,44%	44,44%	0%	22,22%
Ліва рука	1	22,22%	44,44%	22,22%	22,22%	33,33%
	2	11,11%	55,55%	44,44%	11,11%	33,33%
	3	11,11%	55,55%	55,55%	0%	33,33%
	4	11,11%	33,33%	33,33%	0%	55,55%
	5	22,22%	44,44%	44,44%	0%	22,22%

У хворих жінок радіальні петлі зовсім відсутні на III, IV і V пальцях обох рук, а у здорових радіальні петлі є на вказівних (22,2% — права рука, і 27,7% — ліва рука) і мізинцях по 3,8% на обох руках.

Набагато рідше зустрічалися спіралі. Так у здорових жінок — 23,5%, а у хворих — 36,6%. На обох руках на I, II, III пальцях спіралі трапляються у 33,33%. Найбільша їх кількість (55,55%) зустрічається на IV пальцях, а найменша — на V пальці (22,22%). У здорових жінок найчастіше спіралі трапляються також на IV пальцях обох рук (33,3–43,3%). А найрідше — на третьому пальці правої руки (6,6%).

Самим рідкісним візерунком є дуга (17,7 — у хворих жінок і 7,9% — у здорових жінок). На II, III і IV пальцях обох рук у хворих жінок дуги спостерігаються лише в 11,11% випадках. Дуги на першому і п'ятому пальцях обох рук становлять по 22,22%. У здорових жінок дуги зустрічаються лише на першому пальці — 3,3%, на другому та третьому — по 10% правої руки. На лівій руці на першому — 20%, на другому і третьому пальцях — по 13,3%, на четвертому — 6,6% і п'ятому — 3,3%.

Щодо суми гребенів на обох руках, то у жінок із ІХС цей показник є меншим, ніж у здорових жінок ($156,6 \pm 78,1$ у хворих і $163,7 \pm 72,8$ у здорових жінок). Кількість дельт становить — 107 у хворих і 153 у здорових.

Висновки

1. Визначено особливості папілярного малюнка нігтьових фаланг пальців рук у хворих ІХС. Домінуючим візерунком як у хворих чоловіків, так і у жінок виявилася петля ($53,1$ і $45,5\%$ відповідно). Набагато рідше зустрічалися спіралі ($32,5$ і $36,6\%$ відповідно), а самим рідкісним візерунком була дуга ($14,4$ і $17,7\%$ відповідно).

2. Визначено відмінності в кількості дельт та сумі гребенів. У чоловіків, хворих ІХС, спостерігається збільшення гребеневого рахунку порівняно із здоровими ($164,0 \pm 54,9$ і $136,6 \pm 68,4$ відповідно). Кількість дельт становить — 66 у хворих і 78 у здорових. У жінок із ІХС гребневий рахунок є меншим, ніж у здорових жінок ($156,6 \pm 78,1$ і $163,7 \pm 72,8$ відповідно). Кількість дельт становить — 107 у хворих і 153 у здорових.

3. Найрідкіснішим візерунком виявилися подвійні петлі, які достовірно частіше зустрічалися тільки на I пальці правої руки ($p=0,04$). У 1,9% випадків у пацієнтів з ішемічною хворобою серця реєстрували пошкоджений гребневий візерунок на пальцях.

4. На основі проведених досліджень було встановлено, що пальцева дерматогліфіка є специфічним маркером схильності до ризику розвитку ІХС. Зазначені дерматогліфічні параметри можуть бути використані в комплексі заходів ранньої та доклінічної діагностики ІХС.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гусева І. С. Морфогенез і генетика гребішкової шкіри людини / І. С. Гусева. — Мінськ, 1986. — 160 с.
2. Барна О. М. Деякі особливості факторів ризику та клінічного перебігу інфаркту міокарда у жінок / О. М. Барна, М. В. Гребеник. — Ужгород: Вісн. Ужгородського ун-ту, 2002. — С.125–129.
3. Войтченко В. П. Про дослідження пальцевих візерунків людини. Генетика / Войтченко В. П., Попюк А. М., Колодченко В. П. — 1979. — № 7. — С. 1317–1326.
4. Полюхів А. М. Спадковість і бімануальна асиметрія пальцевих і долонних дерматогліфів людини. Генетика / А. М. Полюхів. — 1984. — № 11. — С.1894–1901.
5. Чістікін А. Н. Методика і тактика дерматогліфічних досліджень: [метод. посібн.] / А. Н. Чістікін. — Тюмень, 1992. — 16 с.
6. Чістікін А. Н. Застосування дерматогліфіки в медицині і криміналістики / А. Н. Чістікін, В. В. Яровенко. — Тюмень, 1994. — 54 с.
7. Гладкова Т. Д. Шкірні візерунки кисті і стопи мавп і людини / Т. Д. Гладкова. — М.: Наука, 1983. — 280с.
8. Ползіков Є. В. Особливості дерматогліфіки у хворих на ішемічну хворобу серця. Цитологія і генетика / Є. В. Ползіков, С. Б. Сідоревич. — 1991. — Т.25. — № 4. — С.31–35.
9. Храбра С. З. Дерматогліфічні та конституційні ознаки як генетичні маркери фізичної активності: [Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму: тези доповідей III Міжн. наук.-практ. конф. 13–14 жовтня 2011 р.] / С. З. Храбра, В. С. Грушко. — Запоріжжя: КПУ, 2011. — С. 159–160.

УДК 613. 95: 008 (477)

НИЩЕННЯ СОЦІАЛЬНОГО УСТРОЮ ТА КОРІННОГО НАСЕЛЕННЯ ЯК ОДНА ІЗ ПРИЧИН РУЙНАЦІЇ УКРАЇНСЬКОЇ НАЦІОНАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ

Шахненко В. І.

Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна,
Харків, Україна

В статті розглядається проблема здоров'я дітей і підлітків в сучасній Україні. Вона, на думку автора, починається з сім'ї і школи, що є складовою процесу виродження нації, який розпочався у 80-х роках минулого століття у нашій країні і триває в сучасних умовах, набравши обвального характеру. Причиною

демографічної кризи є руйнація національної культури, яка має своє глибоке історичне коріння.

Автор на численних історичних фактах, в основному викладених у сучасних підручниках історії середньої загальноосвітньої школи, авторів яких не можна звинуватити в антиросійських, антипольських, антирумунських, античехословацьких чи антирадянських поглядах, підводить до висновку, що причиною руйнації національної культури були попередні колоніальні умови існування України.

Ключові слова: національна культура, нищення соціального устрою, масові розстріли населення, зросійщення, репресії, голодомор.

В статье рассматривается проблема здоровья детей и подростков в современной Украине. Она, по мнению автора, начинается из семьи и школы, что является составной частью процесса вырождения нации, который начался в 80-е годы прошлого столетия в нашей стране и продолжается в современных условиях, набрав обвального характера. Причиной демографического кризиса является разрушение национальной культуры, имеющее свои глубокие исторические корни.

Автор на основе множества исторических фактов, в основном изложенных в современных учебниках истории средней общеобразовательной школы, авторов которых невозможно обвинить в антиросийских, антипольских, антирумынских, античехословацких или антисоветских взглядах, подводит к выводу, что причиной разрушения национальной культуры были предыдущие колониальные условия существования Украины.

Ключевые слова: национальная культура, уничтожение социального устройства, массовые расстрелы населения, русификация, репрессии, голодомор.

The article deals with children and teenagers' health problems in modern Ukraine. According to the author, it starts with family and school that is a component of the nation degeneration process which began in the 80s of the XX century in our country and is proceeding in modern conditions, having gained a collapse character. The reason of demographic crisis is the destruction of national culture having the deep historical roots.

The author works with a set of historic facts basically stated in modern secondary school textbooks of history whose authors cannot be accused of the anti-Russian, anti-Polish, anti-Romanian, anti-Czechoslovak, or anti-Soviet views, and brings to a conclusion that the previous colonial living conditions of Ukraine were the cause of rupture of national culture.

Keywords: national culture, destruction of the social mechanism, mass executions of the population, Russification, repressions, Starvation.

Постановка питання в цілому, його зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями

У 80-ті роки минулого століття у нашій країні розпочався процес виродження нації. У сучасних умовах демографічна криза набрала обвального характеру. У різних регіонах України смертність у 2–4 рази перевищує народжуваність. Щороку населення нашої країни зменшується на 0,4 млн людей. Із 52 млн 1991 року до 2011 року населення України скоротилось до 46 млн осіб. Тобто за 20 років незалежності населення України зменшилося більше, ніж на 11,5 відсотка.

За прогнозами Організації Об'єднаних Націй, населення в нашій державі до 2050 року зменшиться вдвічі. Тому Україна цією всесвітньою організацією віднесена до вимираючих країн.

Як свідчать статистичні дані, процес виродження нації починається з сім'ї і школи: початкову школу закінчує 20 відсотків здорових дітей, а середню — лише 5–7.

З тією метою, щоб у якійсь мірі поліпшити здоров'я дітей і підлітків, у вітчизняній загальноосвітній школі з початку третього тисячоліття у перших–дев'ятих класах уведено викладання навчального предмету «Основи здоров'я». Проте картина мало змінилася. Однією з причин цього є низький рівень культури здоров'я сім'ї, родини й школи. У родинях сучасних учнів загальноосвітньої школи поширене тютюнопаління, вживання алкоголю, а в деяких — і наркотиків. Так, серед дорослого населення палить 72 відсотки чоловіків і 20 відсотків жінок. Від алкоголізму страждає 84,4, а від алкогольних психозів — 18,9 людей на 100 тис. населення. За іншими даними в Україні — 6 відсотків алкоголіків.

Яка причина низького рівня культури і культури здоров'я нації?

Формування цілей статті. Метою даної статті є аналіз причин демографічної кризи як наслідку руйнації національної культури через нищення соціального устрою та українців в колоніальних умовах існування України. Ми припускаємо, що для поліпшення здоров'я

дорослих і дітей потрібно відродити національну культуру і на її основі сформувати культуру здоров'я нації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій та виклад основного матеріалу дослідження

Причини демографічної кризи в Україні розглянемо здебільшого на основі матеріалів підручників історії України для ЗНЗ як найбільш виваженого історичного матеріалу. Причому навчальні програми, за якими розроблялись ці підручники і самі підручники, були підготовлені у часи президентства Л. Кравчука і Л. Кучми, коли були нормальні стосунки з Російською Федерацією і авторів цих матеріалів не можна звинуватити в антиросійських, антипольських, анти- румунських, античехословацьких чи антирадянських поглядах.

Як відомо, Богдан Хмельницький заключив військовий союз з Москвою. Автори підручника історії України для 8-го класу О. Струкевич, І. Романюк та Т. Пірус зазначають, що «за умовами договору Україна визнавалася незалежною державою, очолюваною гетьманом. Вона зберігала недоторканим свій республіканський устрій, усі державні установи, які проводили цілком незалежну внутрішню політику» [8, с. 139]. Проте обстановка змінилася після смерті Богдана Хмельницького. Коли «Юрій Хмельницький з невеликим загonom прибув до Переяслава і тут неочікувано для себе опинився в руках московського командування в ролі полоненого» [8, с. 161]. «Князь Трубецькой... не гребуючи воєнним шантажем, змусив Юрія Хмельницького підписати договір, який був фальсифікацією Переяславського договору 1654 р. За Переяславським договором 1659 р. Україна втрачала право самостійно обирати гетьмана... Гетьманщина втратила право на самостійну зовнішню політику. Переяславський договір 1659 р. Вимагав підпорядкування Київського митрополита Московському патріарху... Отже, Переяславський договір 1659 р. Позбавляв Українську козацьку державу незалежності й перетворював її на автономну частину Московського царства» [8, с. 161–162].

Цей процес розтягнувся на сторіччя і мав такі напрямки його здійснення: руйнація соціального устрою та нищення корінного населення; нищення мови й поступове зросійщення; руйнація національної культури, історичних пам'яток, боротьба з релігією тощо. Ми ж зупинимось на процесах руйнації соціального устрою та нищення корінного населення.

Поступово, одну за одною, Російська імперія знищувала козацькі вольності і корінне населення.

Так, у 1709-му році «Батурин був захоплений 2 листопада, повністю зруйнований, а всі мешканці (навіть жінки та немовлята) винищені... Московський цар, — далі зазначається у згаданому вище підручнику, — розпочав терор проти українського народу, щоб залякати його, позбавити волі до боротьби.» [8, с. 205].

Як свідчить підручник історії України для 5-го класу (автори В. Власов, О. Данилевська), «у 1764 р. цариця Катерина II остаточно ліквідувала гетьманство. У своїх наказах цариця вимагала від слухняних урядовців: «Коли в Малоросії зникнуть гетьмани, треба зробити все, щоб зітерти з пам'яті їх та їхню добу» [1, с. 119–120]. Автор підручника історії для 5-го класу В. Мисан пише: «Останнім острівцем свободи залишалася Запорізька Січ, де проживало понад 20 000 козаків. Російська цариця Катерина II, налякана **селянськими виступами на Правобережжі**, вирішила покінчити з козацькою вольницею. У квітні 1775 року вона видала наказ відібрати в запорожців зброю і скасувати Січ назавжди» [5, с. 109].

Згідно з угодою між Польщею і Московією, підписаною у селі Андрусові у 1667-му році, Україна остаточно була розколена на Лівобережну та Правобережну. Як зазначають В. Власов та О. Данилевська «за Андрусівським договором Лівобережна Україна з Києвом відходила до Московії, Правобережна Україна — до Польщі» [1, с. 118]. У травні 1709-го року царські війська зруйнували Запорізьку Січ. І коли була зруйнована Запорізька Січ, Україна стала безправною колонією Російської імперії. Щоб витравити зі свідомості

українців прагнення до волі, Російська імперія навіть знищила давню назву Української держави, назвавши її Малоросією.

З початком Першої світової війни, як пише Ф. Турченко у підручнику «Новітня історія» для 10-го класу, «Російська імперія планувала, зокрема, захопити землі Східної Галичини, Північної Буковини Закарпаття» [10, с 9]. «З приходом в Західну Україну російських військ, становище населення катастрофічно погіршилося. Росіяни поводитися як окупанти. На захоплених західноукраїнських територіях російським урядом було утворено Галицько-Буковинське генерал-губернаторство [10, с. 19]. У своїй промові генерал-губернатор граф О. Бобринський перед жителями Львова заявив: «Східна Галичина і Лемківщина — споконвічна частина єдиної великої Русі... Я буду впроваджувати тут російську мову, закон і управління» [10,с. 19]. Продовженням цієї політики можна вважати дії уряду Радянської Росії після підписання Бретського мирного договору, витяг з тексту якого приводить П. Полянський у підручнику всесвітньої історії для 10-го класу [7, с. 89], цитуючи його з «Документов внешней политики СССР». Згідно статті 6-ї Росія була зобов'язана негайно укласти мир з Українською Народною Республікою та негайно очистити її територію від російських військ та Червоної гвардії.

Період з кінця XIX до початку XX століття характеризується стрімким розвитком промисловості, появою великих заводів і фабрик. У зв'язку з нерівномірністю розвитку, рядом протиріч між трудом і капіталом наступила криза, яка охопила всі сфери життя суспільства. Коли в Російській імперії царський трон захитався, цар видав указ про вибори до Установчих зборів.

В Російській імперії, колонією якої була Україна, як у найслабшій ланці капіталізму, соціальна криза привела до падіння царизму.

У лютому 1917 року перемогла демократична революція. Влада в державі перейшла до Тимчасового уряду. Проводились вибори до Установчих зборів, які мали визначити форму державного ладу і прийняти Конституцію країни. РСДРП, керована В. Ульяновим (Ленінін) і не досить чисельна, не мала значної підтримки народу, переважну масу якого склали селяни. Забігаючи наперед, уточнимо, що у виборах до Установчих зборів РСДРП одержала 15 % голосів. А в Україні за більшовиків проголосувало лише 10 % виборців. Й оскільки РСДРП не змогла взяти владу демократичним шляхом, 7 листопада 1917 року було здійснено переворот. Проте Установчі збори зі значною перевагою голосів (237 проти 138) не визнали влади більшовиків [9, с. 139]. Для ліквідації партійної опозиції уряд на чолі з Ленінінм використав латвійських стрільців.

Переважна більшість народу, особливо класова опозиція, не розділяла більшовицької платформи. В цій ситуації найзручнішим було розв'язання громадянської війни. І щоб більшовиків, як найбільш гуманних представників суспільства, підтримав народ, Ленін розіслав таємний циркуляр з вимогою, щоб у тилу білих вішали людей (100 тисяч за кожного повішаного), що це ніби справа рук білогвардійців. Роботу було зроблено: білу опозицію знищено.

Коли розпалась Російська імперія, почали утворюватись незалежні держави: Фінляндія, Польща, Прибалтійські країни, Крим, країни Кавказу тощо. Таку спробу зробила й Україна.

В результаті національно-демократичної революції в Україні відбулось об'єднання національних сил і створено Українську Центральну Раду. Її Першим Універсалом було оголошено Україну вільною, не відділеною від Росії. Третій Універсал затвердив Українську Народну Республіку, а Четвертий 9 січня 1918-го року проголосив її незалежною державою. Фактично УНР проіснувала чотири роки.

За вказівкою В. Ульянова (Леніна) було потоплено Чорноморський флот, який міг би стати оплотом України. Потім Радянська Росія створила маріонетковий уряд України (без українців), 3 січня 1919 року паралельно із законним урядом УНР у Києві Червона армія, окупувавши Слобожанщину, встановила цей уряд у Харкові. Так поетапно здійснювалась колоніальна політика до повного і остаточного приєднання України.

Як відомо, після перевороту 1917 року в Росії існували опозиційні партії. Разом з тим, народ не поділяв програму більшовиків. Тому для боротьби з інакомислячими було застосовано червоний терор. Створена більшовиками Всеросійська Надзвичайна Комісія (російською мовою — ВЧК) при найменшій підозрі розстрілювала без суду і слідства. Особливо масовими розстріли були в Україні. Приводимо текст з підручника «Новітня історія України» Ф. Турченка: «Перші кроки нової влади в Україні ознаменувалися жорстоким терором. Напередодні вступу до Києва М. Муравйов видав такий наказ: «Військам обох армій, Єгорова і Березіна, наказую безпощадно знищити в Києві всіх офіцерів, юнкерів, гайдамаків, монархістів і всіх ворогів революції» [10, с. 93–94]. Далі автор зазначає: «Число жертв «червоного терору» на початку 1918 р. в Києві становило, за оцінками різних істориків, від 2 до 5 тис. людей. Розстрілювали офіцерів, юнкерів, прихильників Центральної Ради, причому підставою для розправи нерідко було українське посвідчення чи відповідь на запитання муравйовців українською мовою. У Маріїнському парку розстріляли 200 учнів гімназій і училищ лише за те, що вони були в списках української військово-спортивної організації.

Справжня вакханалія насильства вибухнула по всіх захоплених більшовицьким селам і містах України. Вона мала яскраво виражений антиукраїнський характер» [10, с. 94]. «Розмах розправ над реальними й уявними противниками радянської влади в 1919 р. набагато перевищив масштаби подібних дій 1918 р. Якщо в 1918 р. йшлося про тисячі жертв, то у 1919 р. — про десятки тисяч» [10, с. 154]. Насильство породжувало опір, який жорстко придушувався. «Каральні експедиції проти повсталих селян супроводжувалися масовими розстрілами й спаленням цілих сіл.» [10, с. 155]. У новому підручнику «Історія України» Ф. Турченко приводить рядки із звіту М. Муравйова В. Леніну: «Всю владу, встановлену багнетами, я передав Советові України» [9, с. 189].

Страшні репресії російськими (радянськими) окупаційними військами проводились по всій території України. Особливо детально про це розповідає Юрій Городянин-Лісовський (літературний псевдонім — Горліс-Горський) у документальному творі «Холодний Яр: спогади осавула 1-го куреня полку гайдамаків Холодного Яру». Зокрема він виклав зміст виступу у Знам'янці соратника В. Ульянова (В. Леніна) Л. Троцького перед червоноармійцями. Зокрема Лев Троцький закликав: «Беспощадна вистрелюйте, вирезайте бандітское кодро... Без жалості жгіте бандітские сьола...» [2, с. 171].

При затриманні члена колегії ВЧК Вільгуде-Соколова, у нього холодноярці виявили наказ ВЧК та протоколи розстрілу. У Наказі по ВЧК давався план розстрілу для регіонів України: в Одесі й Києві — по 8 000, у Полтаві, Харкові, Катеринославі та Вінниці — по 6 000, у Житомирі та Єлисаветграді — по 4 000, у Чернігові та Вінниці — по 2 000 людей. Головам губернських ЧК наказувалося прийняти свої плани розстрілів у повітах... [2, с. 309].

І червоноармійці виконували волю вождя і рознарядку центру.

Автор розповідає про те, як розправлялись чекісти у Єлисаветградській катівні: «Почався розстріл.

По одному брали із черги і підводили під стіну... Жертву ставили лицем до стіни, і горбатий заслинений жидок стріляв їй у потилицю з короткого карабіна. Деякі черепи злітали, бризкаючи на стіну мозком...

Коли кат втомився, його замінив китаєць... Привели третю, четверту партію... Більшість арештованих — селяни.

Трупи заважали чекістам, і вони стали складати їх попід стіни у високі стоси. «Робота» йшла жваво, без перерв...» [2, с. 124].

Під час розстрілів, як засвідчила Ольга Кравченко, «гарних жінок та дівчат, перед тим як розстрілювати, використовували старші чекісти у своїх кабінетах, обіцяючи їм життя» [3, с. 284].

Крім розстрілів за прямими підозрами чи за непокору, окупанти переодягались у денікінців чи повстанців і підступно видавали себе за своїх. Так автор викладає свідчення молодій чигиринки, яка розповіла, що у місто вступив загін у московській офіцерській формі

з позолоченими пагонами та відзнаками. Військові зібрали населення, вихваляли Денікіна і гудили більшовиків. А коли місцеві жителі підтримали критику «денікінців», ті загнали мешканців до управи і з кулемета розстріляли. Після тих, хто подавав ознаки життя, дорубували шаблями. Лише одна й залишилась живою... [2 с. 189]. А командир особливого загону ВУЧК по боротьбі з бандитизмом Алов із жовто-блакитним прапором з вишитим гаслом «Хай живе самостійна Україна» під виглядом «батька Вернигори» їздив по містах і селах України, набирив по 16–20 молодих добровольців ніби у повстанську армію і підступно розстрілював їх у лісах [2, с. 311–319].

У цих умовах відстоювали незалежність України повстанці Холодноярської республіки. На їхньому чорному прапорі було написано: «Воля України — або смерть!». Повстанці на жорстокість окупантів відповідали жорстокістю: часто теж не брали полонених, знищували чекістів, міліціонерів, зрадників, активістів, прислужників нової влади... .

В результаті червоного терору, голоду 1921 року, колективізації, ліквідації куркульства як класу, боротьби з релігією, голодомору 1932–1933 років, сталінських репресій тощо було знищено понад 10 мільйонів українців, переважно дорослого населення. Через це в Радянському Союзі, в т. ч. і в Україні, сотні тисяч дітей залишились сиротами.

Підручник «Новітня історія України» для 11-го класу авторів Ф. Турченка, П. Панченка і С. Тимченка так характеризує період 39-го року. 23-го серпня 1939-го року Радянський Союз підписав з Німеччиною пакт про ненапад, розрахований на десять років. Додатково до цього договору було підписано таємний протокол, що означало згоду уряду Німеччини на приєднання до Радянського Союзу західних земель України, Білорусії, Литви, Латвії і Естонії. Цей договір розв'язав Гітлеру руки для агресії в Європі, що проілюструвало «імперську суть обох держав» і уведення Червоної армії в західні області означало фактичний вступ Радянського Союзу в Другу світову війну [11, с. 4–5].

«Нові власті, як зазначено у підручнику, принесли в Західну Україну жорстокий політичний терор. Органами НКВС були розгромлені всі політичні партії і громадські об'єднання, у тому числі особливо шановані населенням «Просвіти». Їхніх керівників та значну кількість членів оголосили «ворогами народу» й ув'язнили. Арешту підлягали власники фабрик і заводів, адвокатських контор, банків, кооперативних об'єднань, чиновники, священники, відставні офіцери... Серед заарештованих було багато студентів, учнів-старшокласників, учителів, представників інших категорій місцевої інтелігенції... Документи свідчать про величезні масштаби репресій: у Західній Україні в 1939–1941 рр. було ув'язнено понад 10 % населення краю» [11, с. 8].

Одним із засобів знищення української нації був Голодомор 1932–1933 рр. Радянський Союз діяв за чітко виробленою в світі системою колонізації: щоб затвердити свою владу, місцеве населення знищувалось, а на його місце заселялись громадяни колоніальної держави. Тому щодо планомірності і цілеспрямованості цієї акції не виникають сумніви, про що свідчать архівні документи колишнього КДБ.

Висновки та перспективи подальшого розвитку

З усього викладеного вище можна дійти висновків:

1. Історично склалось так, що різні частини території України в різні часи були колонією спочатку Польщі, Російської імперії, знову Польщі, Австро-Угорщини, Румунії, Чехо-Словаччини, а з 1939-го року вся територія стала колонією Радянського Союзу, що наклало свій відбиток на історію розвитку, культуру, менталітет, культуру здоров'я. Особливо трагічними для України був період насильного встановлення радянської влади в Україні, коли українці масово винищувались, а на їхнє місце поселялись посланці метрополії. Саме в цей період найбільшого нищення зазнала національна культура. Ці висновки можна підтвердити наступними положеннями.

2. В часи татаро-монгольського поневолення, Першої світової війни, голодомору 1932–1933 рр., сталінських репресій, Другої світової війни Україна відновлювала втрату населення. А у 80-ті роки, в період горбачовської «перебудови», в порівнянні з колишніми важкими випробуваннями, у відносно не найгірших умовах ми стали вироджуватися як

нація. Причинами початку процесу виродження нації в Україні є те, що із знищенням соціального устрою та корінного населення, формування другосортності у свідомості українців, ми втратили національну гордість, славу колишніх запорожців, волелюбність, прагнення до волі; релігію, українські народні традиції у вихованні підростаючих поколінь і культуру здоров'я.

3. В останні десятиліття ХХ століття і на початку третього тисячоліття в умовах вже незалежної України процес виродження нації, підсилений умовами екологічної, соціально-економічної криз, набув обвального характеру. Зупинити цей процес можна лише в комплексі відродження національної культури, в тому числі культури здоров'я і ліквідацією наслідків соціально-економічної та екологічної кризи.

4. Щоб поліпшити здоров'я учнів через навчально-виховний процес, у тому числі в процесі викладання «Основ здоров'я», потрібно розв'язати приведені нижче завдання.

1) Ознайомити їх з причинами руйнації національної культури, в тому числі і культури здоров'я давніх українців.

2) Відроджувати мову і національну культуру, в тому числі й культуру здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА

1. Власов В. С. Вступ до історії України: підруч. для 5 кл. загальноосв. навч. Закладів. Вид. 2-ге, переробл. та доповн. / В. С. Власов, О. М. Данилевська. — К.: Генеза, 2005. — 200 с.: іл., карти.
2. Горліс-Горський Ю. Ю. Холодний Яр: спогади осавула 1-го куреня полку гайдамаків Холодного Яру / Ю. Ю. Горлыс-Горський / Упор., ред., передм., примітки, біограф. довідки, додатки Р. Ковалю. — Київ: Історичний клуб «Холодний Яр»; Вінниця: ДП «Державна картографічна фабрика», 2011. — 512 с.: іл. — (Серія «Українська воєнна мемуаристика»).
3. Державна національна програма «Освіта». Україна ХХІ століття. — К.: Райдуга, 1994. — 61 с.
4. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти // Затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 14 січня 2004 р. № 24. Збірник Міністерства освіти і науки України. — 2004. — № 1, 2. — С. 54 — 60.
5. Мисан В. О. Вступ до історії України: Підруч. для 5 кл. загальноосвіт. навч. закл. / В. О. Мисан. — [Вид. 2-ге, переробл. та допов.] — К.: Генеза, 2010. — 176 с.: іл., карти.
6. Основи здоров'я: Програма для загальноосвітніх навчальних закладів (5–9 класи). — К.: Ірпінь, 2005. — 41с.
7. Полянський П. Б. Всесвітня історія: підруч. для 10 кл. загальноосвіт. навч. закл.: рівень стандарту, академ. рівень / П. Б. Полянський. — К.: Генеза, 2010. — 256 с.: іл., карти.
8. Струкевич О. К. Історія України: Підуч. для 8-го кл. загальноосвіт. навч. закл. / О. К. Струкевич, І. М. Романюк, Т. П. Пірус. — К.: Грамота, 2008. — 272 с.: іл.
9. Турченко Ф. Г. Історія України. 10 кл.: Підруч. для загальноосвіт. навч. закл.: профільний рівень / Ф. Г. Турченко. — К.: Генеза, 2010. — 304 с.: іл., карти.
10. Турченко Ф. Г. Новітня історія України. Частина перша. 1914 –1939 рр.: Підруч. для 10-го. кл. загальноосвіт. навч. закл. — [Вид. 3-ге, виправл. та допов.] — К.: Генеза, 2002. — 352 с.: іл.
11. Турченко Ф. Г. Новітня історія України (1945–1998): Підручн. для 11-го кл. серед. загальноосв. навч. закл. — [Вид. 5-те, доопрац. й допов.] / Ф. Г. Турченко, П. П. Панченко, С. М. Тимченко. — К.: Генеза, 2006. — 384 с.: іл., карти.
12. Шкляр В. М. Залишинець. Чорний Ворон [Текст]. / В. М. Шкляр. — Харків: Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2011.

**ПРАВИЛА ОФОРМЛЕННЯ СТАТЕЙ ДЛЯ ФАХОВОГО ЗБІРНИКА «ВІСНИК
ХАРКІВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ. Серія: Валеологія:
Сучасність і майбутнє»**

Відповідно до постанови Президії ВАК України №7-05/1 2003 р. «Про підвищення вимог до фахових видань, внесених до переліків ВАК України» при підготовці статей до даного фахового збірника слід дотримуватись поданих нижче вимог.

Стаття повинна мати таку структуру:

- постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями;
- аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми, на які спирається автор;
- виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрій присвячується означена стаття;
- формування цілей статті;
- виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів;
- висновки з цього дослідження й перспективи подальших розвідок у цьому напрямі;
- список використаних джерел (література оформляється відповідно до вимог ВАКУ).

До редакції збірника подається паперова та електронна версії статті.

Обсяг статті **6 — 12** сторінок.

Електронна версія подається у форматах ***.doc**. Шрифт **Times New Roman, 14** кегль, а **анотації та списки літератури — кегль 10**, через один інтервал. Поля: зверху — 2 см, знизу — 2 см, ліворуч — 2 см, праворуч — 2 см. В тексті статті забороняється використовувати об'єкти Word Art, автофігури, кольорові діаграми та графіки.

Перед основним текстом необхідно вказати ініціали та прізвище автора, назву статті трьома мовами (українською, російською, англійською), установу тощо.

Перед кожною статтею подаються анотації та ключові слова українською, російською та англійською мовами (від 500 знаків, тобто **8–10** рядків). Анотація не повинна містити складних граматичних зворотів, маловідомих термінів і символів. Для перекладу не рекомендується використовувати комп'ютерні програми.

До статті додаються рецензія та довідка про автора (прізвище, ім'я, по-батькові автора чи авторів, установа, посада, науковий ступінь чи наукове звання, контактний телефон та адреса).

За зміст статті, граматичні та стилістичні помилки несе відповідальність автор.

Редакція збірника залишає за собою право не друкувати статті, які містять граматичні та стилістичні помилки та виконані з порушенням вищевикладених правил.

Наукове видання

ВІСНИК

Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
№ 1016

Серія: Валеологія: Сучасність і майбутнє

Випуск 13

Теорія і методика навчання фізичній культурі та основам здоров'я

Збірник наукових праць
Українською, російською, англійською мовами
Статті подано в авторській редакції
Відповідальний за випуск проф. М. С. Гончаренко
Комп'ютерний набір і верстання: Мельнікова А. В.

Підписано до друку 27.03.12

Формат 60^x841/8. Папір офсетний.
Друк ризографічний
Ум.-друк. арк., Обл.-вид. арк.,
Наклад 100 прим.
Ціна договірна

61022, Харків, пл. Свободи, 4,
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна.

Надруковано ФОП «Петрова І. В.»
61144, м. Харків, вул. Гв. Широнінців, 79 в, к. 137. Тел.: 362-01-52
Свідоцтво про державну реєстрацію ВОО № 948011 від 03.01.03